



Demétrius Moreira

MANUAL
PRÁTICO DA
sedução
E DA
conquista

autografia



Demétrius Moreira

Manual prático da sedução e da conquista

autografia

Rio de Janeiro, 2017

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO

INTRODUÇÃO: FUNDAMENTOS DO PUA

INTRODUÇÃO À TEORIA DO PUA

GLOSSÁRIO DO PUA

SÍNTESE DAS PRINCIPAIS TEORIAS

INÍCIO DA PARTE TÁTICA DO JOGO

CAPÍTULO 1 – SELECIONE O ALVO

CAPÍTULO 2 – SE APROXIME E ABRA

CAPÍTULO 3 – DEMONSTRE VALOR

CAPÍTULO 4 – DISARMES OBSTÁCULOS

CAPÍTULO 5 – ISOLE O ALVO

CAPÍTULO 6 – CRIE UMA CONEXÃO EMOCIONAL

CAPÍTULO 7 – EXTRAIA A MULHER PARA UM LOCAL DE
SEDUÇÃO

CAPÍTULO 8 – CALIBRANDO A TEMPERATURA “PUMP
BUYING TEMPERATURE”

CAPÍTULO 9 – ESTABELEÇA UMA CONECÇÃO FÍSICA

CAPÍTULO 10 – CONTORNE A REJEIÇÃO DOS ÚLTIMOS
MINUTOS

CAPÍTULO 11 – GERENCIE AS EXPECTATIVAS

ESTRUTURA COMPLETA DO JOGO

INTRODUÇÃO

Você acaba de tomar a decisão mais acertada de sua vida: Decidiu que quer uma vida plena de sexo e amor. Você está certo de que uma vida sexual e afetiva gratificante é o que podemos buscar de melhor. Mas, qual é a chave para essa vida plena e feliz? Com certeza, sentir-se livre para conhecer e compartilhar sexo e afeto com mulheres lindas e interessantes, à sua escolha, já é um bom começo.

Mas, você acha que conhecer e compartilhar sexo e afeto com mulheres lindas e interessantes não é assim tão simples. Belas mulheres, esses tão falados objetos de desejo, não parecem estar tão disponíveis. Talvez você sequer as perceba como estando em busca de amor e sexo, ou ambas as coisas.

Na verdade, você suspeita que elas estejam a procura de amor e sexo. Mas, não imagina que seja com você.

Por que não com você? Por que seus resultados com mulheres lindas e interessantes tem sido tão ruins?

De fato, você chegou até esse livro, também, por outra razão: Porque você descobriu que atrair mulheres lindas e interessantes é uma arte que pode ser aprendida; é um conhecimento que pode ser adquirido.

E você está convencido de que, sem esse conhecimento, perderá a oportunidade de conhecer centenas de mulheres maravilhosas.

E o que é pior: Centenas de mulheres maravilhosas estão perdendo a oportunidade de te conhecer.

Talvez, adorariam te conhecer. Mas, sua timidez e sua falta de atitude te impedem de sequer se aproximar delas. Ou, mesmo quando consegue coragem para se aproximar, com sua atitude incorreta, você acaba não tendo a receptividade e os resultados que deseja.

Estou certo de que você quer dar um jeito nisso. Você sabe que, não importa quanto sucesso profissional e financeiro você tenha, sua vida não será completa se a parte afetiva e sexual não forem gratificantes.

Esteja certo também de que, do lado feminino, conquistar uma vida amorosa intensa e ter relacionamento prazerosos são o sonho de todas as mulheres.

O mundo está cheio de mulheres interessantes, lindas e infelizes, esperando por ***homens de verdade***, que encham seus dias de emoção e amor.

Mas, talvez você imagine que para mulheres lindas e interessantes existam *homens de verdade* o bastante para que elas escolham quantos quiserem.

Pois, saiba que não está assim tão fácil, nem mesmo para mulheres lindas e interessantes. Porque, embora mulheres lindas e interessantes sejam abordadas por onde quer que andem, a todo momento, por todos os tipos de homens, HOMENS DE VERDADE são mais raros que mulheres lindas e interessantes.

Assim, embora as mulheres lindas e interessantes possam mesmo escolher dentre muitos homens, não estão com essa “boa vida” toda, pois não tem a liberdade de escolher qualquer homem, mas apenas alguns dentre aqueles que *se aproximem delas*.

E, adivinhe uma coisa: Dentre os homens que se aproximam delas, mulheres lindas e interessantes tem grande dificuldade para escolher algum, por que *raramente algum destes é interessante*.

Por outro lado, um *homem de verdade e interessante* pode tomar atitude o tempo todo, se aproximar, escolher e atrair quantas mulheres quiser. Logo, de fato, o homem é quem detém o verdadeiro poder de escolha.

Fica mais fácil entender por que muitas mulheres, lindas e interessantes, assediadas todos dos dias por dezenas de homens, chegam a passar anos sozinhas. Será por que são muito exigentes? Não. Não é isso. *A culpa é toda dos homens, ou da falta de homens com a atitude correta.*

Uma mulher, quando não abordada da forma correta, está programada para se bloquear. Ela reage de forma a se fechar, automaticamente. E o que poderia terminar em um divertido encontro, um dia de prazer ou um lindo romance acaba não dando em nada.

“O amor é o único jogo no qual, ou os dois ganham, ou os dois perdem”.

Mas, isso se explica. Vou lhe contar um fato que vai chocá-lo. É um princípio do comportamento humano na qual se baseiam muitas das técnicas de conquista que abordaremos aqui.

Você precisa saber que: As MULHERES, incluindo as lindas e interessantes, *QUEREM O QUE NÃO PODEM TER.*

Logo, podemos tomar como regra, para a maioria das técnicas aqui abordadas, que, se um homem se aproximar de uma mulher deixando claro no primeiro momento que a quer, *A MULHER PERDERÁ DE IMEDIATO O INTERESSE QUE PODERIA SURGIR.* Em outras palavras: *As mulheres não se sentem atraídas por homens que demonstram interesse nelas cedo demais.*

É muito importante ter em mente esse princípio quando se comunicar com mulheres tanto pessoalmente quanto on-line, em redes sociais ou por aplicativos de mensagens.

Mas, como conquistar mulheres sem demonstrar interesse por elas? Essa é a base do estilo de técnica de conquista

chamado “INDIRECT GAME”, ou **jogo indireto**.

O oposto do *JOGO INDIRETO* é o “*DIRECT GAME*” ou JOGO DIRETO. No Jogo Direto, um homem que, com sua linguagem corporal e estilo transmite poder pessoal, se aproxima de uma mulher declarando que “*pressente*” nela qualidades desejáveis, mas deixa subentender a ela que ***ele sabe que pode estar enganado, que a mulher pode ser bem menos do que aparenta***. Ao mesmo tempo, pelo tom de voz e pela linguagem corporal, o homem a desafia a lhe provar que não, a provar a ele que ela é o que parece, ou melhor.

Embora existam diversas técnicas de conquista no estilo *DIRECT GAME*, como apresentado de forma brilhante na obra de um renomado “Pick-Up Artist”, de codinome *Badoy Lifestyle*, esse trabalho é focado no estilo *INDIRECT GAME*, ou *JOGO INDIRETO*. Porque é o estilo adotado pela maioria dos teóricos de referência para este livro.

Resumindo: o fundamento do INDIRECT GAME é: NÃO DEMONSTRAR INTERESSE PELA MULHER NO PRIMEIRO MOMENTO.

Essa regra pode ser sintetizada numa máxima desenvolvida por outro renomado “Pick-Up Artist”, de codinome Swingcat: “*A ARTE DE NÃO A ESCOLHER*”, e num conceito desenvolvido por ainda outro renomado “Pick-Up Artist”, de codinome Thundercat: “*DESINTERESSE ATIVO*”.

Vamos falar mais sobre esses teóricos da arte da conquista adiante.

“***A arte de não a escolher***”: Já reparou como mulheres lindas e interessantes andam pela rua olhando para a frente, ignorando tudo ao seu redor? Elas não estão com viseiras, como burros de carroças. Logo, podem ver ao lado. Mas, não dão atenção explícita para quase nada, ou não deixam transparecer que observam.

Experimente fazer do mesmo modo. Passe pelas mulheres como se não as tivesse visto. Mas, claro. Você precisa ver, mas sem que elas notem que você as percebeu.

Conquistei várias mulheres maravilhosas simplesmente com essa dica: Quando avisto uma mulher linda, parada ou vindo em minha direção, preparo me para, quando for passar por ela, a ignorar totalmente. Se acontecer de eu retornar, ou encontrá-la novamente, ela já estará, automaticamente, se não intrigada ou bastante aberta, ao menos “**desarmada**” em relação a mim e mais receptiva à minha abordagem.

Um bom ambiente para testar essa dica são lojas, shoppings, concessionárias de automóveis e lugares onde lindas mulheres trabalhem ou por onde circulam.

DESINTERESSE ATIVO: O conceito de *Thundercat*, apresentado no espetacular livro “The art of approach — A arte da aproximação, explica a base de muitas das técnicas que abordaremos. Ele chamou de DESINTERESSE ATIVO técnicas verbais e corporais que um homem usa para comunicar a uma mulher que ele não está atraído por ela, ou que ela não lhe chamou a atenção.

Em certas circunstâncias, o DESINTERESSE PASSIVO pode ser suficiente para que um homem comunique, indiretamente, a uma mulher linda e interessante que ela não foi capaz de atrair a atenção dele, o que, em tese, deixaria a mulher ATRAÍDA por ele. Adiante, vamos entender, em detalhes, como a ATRAÇÃO funciona. Voltando ao ponto, o DESINTERESSE PASSIVO é uma técnica muito limitada, pois não tem o poder de alterar a cena caso a ATRAÇÃO não ocorra. Você já deve ter observado situações em que um homem, com sua timidez natural, se mostra passivamente desinteressado numa mulher e isso a leva a se aproximar dele, ou a tomar a iniciativa em mostrar interesse. Mas, mesmo depois que a mulher se abre ou mostra interesse, ele é incapaz de ir adiante e concretizar a conquista.

Thundercat chama de DESINTERESE ATIVO a um conjunto de técnicas para se avançar na aproximação e na conversa e, ao mesmo tempo, comunicar a mulher que você não a escolheu, que não há nada nela que lhe tenha chamado a atenção. Mais ainda, levar a mulher a se sentir desafiada a te mostrar que ela pode estar à altura de suas expectativas.

Esse é o principal objetivo do DESINTERESSE PASSIVO OU ATIVO: Chegar ao ponto em que a mulher comece a se QUALIFICAR PARA O HOMEM: *Que ela comece a falar bem de si mesma, na intenção de mostrar ao homem que ela é boa o bastante para ele.*

Veja bem do que estamos falando aqui: ***De levar a mulher ao ponto em que ela tente demonstrar para você que ela o merece.*** Parece meio avesso? É muito diferente do que você está acostumado a fazer e ver os caras fazendo?

Eu sei disso. **Mas, tem que ser assim.** Esse é o caminho para a mente e para o coração das mulheres.

Esse livro trata disso. Apresento aqui centenas de ideias e diversos métodos e técnicas para desenvolver a capacidade de se conquistar mulheres não mostrando interesse por elas, mas ***provocando*** que elas demonstrem interesse por você primeiro, antes de você tentar agradá-las.

O desenvolvimento dessa habilidade é o objeto de estudo do “PUA”.

PUA é a sigla em inglês para “Pick Up Artist”, ou artista da pegação/sedução/conquista.

Para alguns teóricos, o PUA é parte de uma área de conhecimento maior, chamada Desenvolvimento Pessoal. E você verá que faz todo sentido enquadrar o PUA nesse ramo de estudo. Pois, o estudo e a prática do PUA dependem e resultam no aperfeiçoamento do homem em vários aspectos da sua vida pessoal, social e profissional.

Dominando a arte de se comunicar com as mulheres de modo efetivo, direcionando a interação para os resultados que você pretende, você alcançará uma vida afetiva e sexual gratificante: A coisa mais desejada por qualquer indivíduo.

A compreensão, a prática e o domínio das teorias e técnicas aqui abordadas farão de você um homem diferenciado, que atrai mulheres bonitas e interessantes, como você sempre sonhou, **naturalmente**. Atrair mulheres será parte de sua atitude e de sua personalidade. Você não mais se limitará apenas àquelas mulheres que você normalmente atrai, àquelas que potencialmente se interessariam por você no seu cotidiano, em função de seu nível de beleza e de sua condição social ou econômica. Você irá muito além de apenas se aproximar e atrair apenas as mulheres que demonstram interesse por você: Você terá o poder da escolha. O poder de se aproximar e atrair qualquer mulher que você quiser.

Para evoluir no mundo do PUA você terá que repensar seu autoconceito, repensar o modo como se relaciona com as mulheres e adquirir algumas **habilidades sociais**. Se livrar de preconceitos, de certas limitações mentais e adquirir algumas habilidades comunicativas básicas. Mas, anime-se. É um processo divertido e emocionante; com resultados quase imediatos. Uma jornada de crescimento da qual você só tem a ganhar. ***E tudo, exatamente todos os aspectos, são abordados, em profundidade, de forma prática, nesse livro.***

ESTRUTURA DO LIVRO

4 SEÇÕES:

- 1) Resumo das Principais teorias
- 2) Glossário do PUA

3) Características do MACHO ALPHA

4) Se preparando para a ação.

11 CAPÍTULOS:

Cada capítulo é um dos **11 *passos sequenciais*** que, na teoria do lendário Style, o PUA deve seguir, nesta ordem, para fechar seu objetivo.

INTRODUÇÃO: FUNDAMENTOS DO PUA

O mundo não quer que você saiba disso:

Porque se tornar um PUA:

Recentemente ouvi um arquivo de áudio propagado através de um aplicativo de rede social que dizia, de forma bem caricatural e cômica, que: “o sentido de tudo que fazemos é comer alguém”.

Não há como negar que há muito de verdadeiro nessa frase. Afinal, de modo instintivo, quando falamos em sexo, estamos falando da segunda maior força que move todo ser vivo: O desejo de propagar seus genes e se perpetuar no tempo. A primeira maior força é o instinto de sobrevivência.

Também, não é difícil pensar no desejo por sexo como algo que move a própria vida. Porque, à semelhança do que acontece com a fome e a sede, que colocamos no plano das necessidades vitais, o sexo é a expressão mais conhecida de *uma vontade que nunca se satisfaz*.

Mas, na prática, há uma grande diferença entre a necessidade de água e comida e o desejo por sexo: É que para matar a sede e a fome, basta **comprar** água e comida.

Por outro lado, como seres humanos, em uma sociedade civilizada, satisfazer a necessidade por sexo não é assim tão simples. Por mais que você pense que sim, nem sempre se pode comprar sexo. Estou falando de sexo seguro e de qualidade.

Sexo com amor, ou, ao menos, com algum envolvimento, não se consegue em qualquer esquina.

Acrescento que, por mais que você possa comprar sexo ou goste de transar com prostitutas, não poderá comprar um bom relacionamento, uma “linda família”, filhos crescendo unidos, felizes e saudáveis. E se você pretende perpetuar no tempo os seus genes, uma família é um arranjo bem adequado.

A busca humana pela satisfação dos instintos é um poderoso motor do sistema de consumo. O sistema comercial sabe de nossos anseios naturais e explora muito bem o conhecimento que tem de nossos desejos primitivos. Chegando ao ponto em que, ligado a cada um de nossos desejos naturais básicos há vários *artigos de consumo* que o represente e que podem ser adquiridos no mercado. Passamos a acreditar que tudo pode ser comprado.

Assim, em síntese, podemos substituir sonhos, desejos e vontades por coisas. É assim que, muitas das coisas que fazemos e de que mais gostamos na vida, como objetos, comidas, bebidas, hábitos e hobbies, são substitutos de desejos instintivos que não realizamos e que o dinheiro não poderia comprar.

Substitutos dos prazeres instintivos, criados pelos atores do mercado global de consumo, são chamados em psicologia de ***muletas sociais***. As principais muletas sócias, pela amplitude de seu alcance são: *bebidas, futebol e novelas*.

Não é meu propósito discutir aqui tal tema. Qualificar ou desqualificar certos hábitos e hobbies como substitutos inúteis das coisas que você *realmente gostaria de fazer*. Até mesmo, porque há hobbies e hábitos extremamente úteis e socialmente relevantes, do qual as pessoas derivam enorme prazer e que colaboram para a preservação do planeta e para o bem-estar coletivo. Muitas formas substitutivas de prazer são louváveis, porquanto demonstram como muitas pessoas são capazes de

abrir mão da busca pelo próprio prazer em prol de ajudar outros seres.

Iniciar aqui tal discussão tem apenas o propósito de induzir você a pensar quanta coerência há entre o que você faz com frequência em sua vida e a vida que você gostaria de ter. Quão próximas as consequências do que você faz diariamente estão dos objetivos que você tem na vida, no curto e no longo prazo? Por exemplo: É fácil perceber que, na maioria dos eventos entre jovens, a *bebedeira* é mais relevante que a interação social. E ainda, um jovem não pensa, não de modo consciente, que vai sair de casa à noite e voltar ao amanhecer, apenas para se embriagar, gastar seu minguado dinheiro, envenenar o seu corpo com substâncias estranhas e correr o risco de ser pego num blitz da “Lei Seca”. Mas, na maioria esmagadora das vezes, é exatamente isso que ele está fazendo.

Fato é que, não busca pela satisfação de nossas necessidades vitais, instintivas ou sociais, estamos sempre, como que girando em circulo, em busca de algo novo, autêntico e duradouro: Algo que nos complete.

Chegamos ao ponto que lhe interessa: *Nesse modelo de sociedade, onde a busca incessante parece inevitável, as mulheres são as que mais sofrem. Não se iluda, por mais que uma bela mulher possa parecer completa e feliz, ela está sempre em busca de coisas novas para lhe preencher um sempre presente vazio. Quando ela encontrar emoção e entretenimento em um homem autêntico, que lhe transmita sentimentos legítimos, reconhecerá imediatamente. Ela saberá que está diante de um homem raro e de enorme valor.*

MULHERES ESTÃO EM BUSCA DE EMOÇÕES.

Logo, compreender bem como as emoções funcionam é chave para a conquista e te liberta para focar suas interações no que é efetivo.

O que podemos dizer sobre as emoções? Qual a melhor forma, ou ao menos o modo mais sustentável e factível de produzir emoções nas mulheres?

São inúmeras as emoções passíveis de despertar em alguém. Adiante, sugiro uma lista, a qual você deve complementar. Prosseguindo, primeiro é preciso compreender: *O valor e a intensidade de uma emoção qualquer não têm relação direta com o valor em dinheiro que foi gasto para produzi-la. A dimensão e a intensidade de uma emoção qualquer não está relacionada a dimensão dos objetos que a despertam, de fato sequer estão associada a objetos definidos. Grandes emoções podem ser produzidas por pequenos gestos ou objetos e por atitudes que nada custam em dinheiro. Da mesma forma, grandes gestos ou objetos podem não despertar nenhuma emoção ou, até mesmo, produzirem emoções negativas.*

Por isso, além de financeiramente impraticável para muitos, ***tentar surpreender mulheres usando dinheiro não é nada garantido.***

Quem decide exibir dinheiro ou status para atrair mulheres acaba fazendo um péssimo negócio. Porque, mesmo quando isso funciona e você é retribuído sexualmente, não terá resultados consistentes, pois entrará num ciclo no papel de ***mantenedor***, criando uma relação de dependência, nada saudável e da qual não resulta nenhum ***desenvolvimento pessoal***.

Ainda, podem pensar que não, mas isso, ***na maioria das vezes não funciona***, sendo uma escolha de péssima relação custo-benefício. Em geral, o resultado típico do estilo de homem “ostentador” é pagar muito caro para conseguir mulheres de péssima qualidade e relacionamentos que não trazem satisfação. Quando estiver mais maduro, esse homem, decepcionado, descobrirá que perdeu um bom tempo e

desperdiçou recursos que poderia ter investido melhor em seu próprio aprimoramento. No estudo do PUA, por exemplo.

Que mérito tem um homem que gasta R\$ 2.000,00 em uma noite para transar com mulheres bêbadas e de baixo nível? Tanto o ostentador, quanto as mulheres que com ele se envolvem, sabem que não há do que ambos se orgulharem. Não há respeito mútuo nessas relações. Eles não se admiram uns aos outros, nem um pouco.

Acrescentando, demonstrações explícitas de poder, dinheiro, status e até mesmo de beleza, podem não ter o efeito pretendido, ou mesmo ter o efeito contrário.

Quem exhibe pretende que seus indicadores de riqueza e prestígio sejam entendidos como indicadores de valor pessoal. Mas, no fundo passam às mulheres a impressão de que ele se vale das coisas que tem para compensar exatamente seu baixo **valor pessoal** e sua falta de **autoconfiança**.

Uma mulher que retribui com sexo a um exibicionista que mal conhece, não é porque o admira como pessoa. Dá mesma forma, nada indica que essa mesma mulher seja uma pessoa de valor.

Prosseguindo: Tenha sempre a certeza de que: MULHERES SOLTEIRAS, LINDAS E INTERESSANTES, SEMPRE ESTÃO À PROCURA, OU À ESPERA, DE HOMENS: **Qualquer mulher está disposta a se envolver a qualquer tempo. Mas, depende com quem.**

Por mais que nossa *realidade midiática* lhe faça pensar que as mulheres esperam muito dos homens, que é difícil para um homem comum satisfazer até mesmo os anseios mais profundos de uma mulher linda e interessante podemos, com segurança, sintetizar, em uma linha, **o que as mulheres realmente querem**. Querem um homem que lhes proporcione essas 3 coisas: **Diversão, segurança e filhos saudáveis**. E para simplificar ainda mais para você: **Para as mulheres, a**

capacidade de diverti-las está associada, instintivamente e de modo inconsciente, à segurança e à boa disposição para reproduzir. Ou seja, um homem divertido transmite segurança e indica ser bom parceiro sexual.

Tanto quanto mulheres lindas e interessantes, homens interessantes são raros. Quando uma mulher reconhece um destes, é capaz de tudo para tê-lo. Quando você desenvolver a habilidade de atrair mulheres usando a atitude e as técnicas do mundo do PUA, as mulheres, facilmente, tentarão te conquistar, chegando ao ponto de “pagar” para ter você.

Desenvolver a arte do PUA será o melhor investimento da sua vida. Investir no aprendizado da arte da conquista é assumir seu real desejo na vida. É definir seu verdadeiro objetivo e se concentrar nele, sem rodeios. É não se iludir e perder seu tempo seu dinheiro com coisas que o *sistema* te vende caro para lhe proporcionar migalhas de felicidade artificial.

O caminho do PUA começa na definição e na busca por seu verdadeiro propósito na vida: ***Quem não sabe o que procura, não saberá quando tiver encontrado.*** Tenha em mente seu propósito no mundo e trabalhe por sua realização como pessoa e na conquista de uma existência como ser digno e autêntico, consigo mesmo e com as mulheres.

Acima de tudo, a experiência de se tornar um PUA te revelará o verdadeiro prazer da sedução e te fará ver as mulheres e a vida com outros olhos. Não há prazer maior que ver uma mulher cair aos seus pés. Dizer que passou contigo um dos melhores momentos da sua vida. Dizer que você é o cara mais interessante que ela já conheceu. E, acima de tudo, saber que você fez tudo isso sem gastar mais nem menos do que gastaria sozinho. Que fez isso sem bancar extravagâncias além de sua condição em baladas e sem tentar agradar mulheres com presentes caros.

É muito boa a sensação de saber que uma mulher adorou te conhecer apenas porque você parece conhecê-la melhor que ela mesma e mostra que compreende o que as mulheres *REALMENTE* querem.

Sintetizar essa informação e disponibilizá-la em livro é um dos maiores legados que eu poderia deixar para os jovens, que começam agora a se defrontar com esse mistério que é a mente feminina e a sedução, num mundo onde circulam tantas ideias equivocadas sobre, atração, conquista e sobre a relação homem/mulher.

Sabendo que, infelizmente, ainda muito poucos no Brasil teriam acesso à informação de qualidade sobre o assunto sedução e conquista, por falta de saber ler em inglês, resolvi reunir nessa obra uma breve síntese dos principais temas e conceitos da área e lhes apresentar para estudo os principais teóricos, além, claro, de agregar minhas próprias contribuições, fruto de mais de 5 anos de estudo e prática.

Asseguro lhes que se trata de literatura da maior relevância para jovens e adultos. Se aprofundar no estudo da sedução e da conquista ampliará sua visão de mundo e seu entendimento sobre vários aspectos de sua própria vida. Esse conhecimento transformará você num homem muito mais seguro de si e muito mais preparado para ser feliz.

Se em função de sexo fazemos tudo, em função de sexo podemos também ter a vontade de nos tornar melhores como pessoa.

Um dos escopos desse meu trabalho é lhe estimular a cuidar desse importante aspecto de sua vida. Incrementar seu valor pessoal e melhorar sua personalidade. Esteja aberto a adquirir novas habilidades. Aprenda inglês e leia na íntegra o trabalho original dos mestres aqui citados. Não espero, de modo algum, que este breve trabalho substitua as fontes que me inspiraram.

*

Nossa introdução no mundo do PUA, ou no mundo da arte da sedução e da conquista, será a partir da apresentação de uma síntese das ideias dos 4 teóricos principais, interpretados à luz de minhas leituras na área, de minha formação em psicologia e a partir de minha ampla experiência em campo.

Nessa parte eu apresento as principais ideias, conceitos e atitudes que você deve incorporar em sua personalidade e em sua vida diária para, naturalmente, atrair qualquer tipo de mulher.

Vamos começar por estabelecer um objetivo, para balizar seu aprendizado: ***Encontrar, escolher, atrair, seduzir e fazer sexo com uma mulher linda e interessante, numa mesma noite, ou num mesmo dia.***

Entre os capítulos, introduziremos os tópicos pertinentes a cada passo do jogo, junto a teorias, técnicas, dicas e o que de mais importante você deve se lembrar em cada momento da interação.

Embora o foco desse trabalho seja apresentar de forma prática como agir para se transformar num homem que se comunica e se comporta com as mulheres de forma atraente e sedutora, a fundamentação teórica é muito importante.

Antes de se tornar um PUA, você terá que rever algumas ideias que tem sobre as mulheres e sobre o mundo. A compreensão de como tudo funciona lhe dará maior liberdade para pensar e agir de modo diferenciado.

Porque é isso que um PUA faz: Age na contramão de muitas regras sócias. Age de forma ousada, como se certos preceitos do mundo civilizado não se aplicassem a ele. Como de fato, não se aplicam.

Há uma infinidade de técnicas e rotinas. Muito mais do que você pode conhecer ou decorar. Mas, felizmente, todas as

técnicas tem uma mesma base em comum. Quando você compreender os fundamentos, será capaz de desenvolver técnicas e rotinas adequadas a seu próprio estilo e adequadas a cada situação.

Compreendendo os fundamentos, você será capaz de avaliar se uma técnica é adequada a criar o contexto correto e até mesmo capaz de prever o resultado de cada forma de abordagem. Se certa frase, brincadeira ou estratégia produzirá, ou não, o resultado que você deseja.

Este livro contém todas as ideias chaves para você desenvolver seu jogo. Suas partes não são exatamente conectadas, pois não me aprofundei o bastante para sintetizar uma teoria. Então você poderá escolher algum dentre os teóricos de referência e se aprofundar na teoria que mais lhe agrade, ou que mais combine com seu estilo pessoal.

INTRODUÇÃO À TEORIA DO PUA

Dinheiro e beleza: “Mulheres são interesseiras”. Não. Todo ser vivo, incluindo as mulheres, tem o instinto de se afastar do que represente ou sinaliza problemas e a se aproximar do que represente ou sinalize soluções. Logo, ser atraído por dinheiro, carros, luxo e vida boa é um mecanismo instintivo de sobrevivência. É uma ***aquisição evolutiva***. O poder de atração da beleza, do dinheiro e de tudo que ele pode comprar está no que estas coisas representam: Abrigo e segurança, alimento farto e boa capacidade reprodutiva. Coisas que aumentam a chance de um indivíduo sobreviver e se perpetuar.

Ai você pode pensar: Carros e jet-skis, que atraem mulheres por que sinalizam coisas desejáveis, nem sempre existiram. De fato, isso é uma distorção da natureza surgida muito recentemente. Por milhões de anos, as mulheres desejaram homens que, pelo corpo e pela mente, sinalizavam ter capacidade de suprir suas necessidades de reprodução, proteção e sobrevivência.

Adivinhe: ***É assim até hoje.***

Uma das facetas da arte do PUA consiste em aprender a sinalizar que se têm aquilo que as mulheres ***instintivamente*** buscam usando apenas o corpo e algumas habilidades pessoais.

GLOSSÁRIO DO PUA

Como disse na introdução, o tema da sedução feminina foi tratado por alguns estudiosos com a seriedade de uma verdadeira ciência. Não que a sedução se trate de uma ciência exata. Mas, como em toda ciência, uma série de termos próprios foram desenvolvidos e outros muitos termos foram adaptados à área.

Construí um GLOSÁRIO com os principais termos técnicos usados no mundo do PUA. Muitos desses termos não são usados nesse trabalho. Essa compilação será útil aos que decidirem se aprofundar no estudo do tema. Esses conceitos serão encontrados nas obras que cito como referência e nos Fóruns e comunidades que discutem a arte e a ciência da sedução:

- AM (ALPHA MALE): Para o nosso estudo, no mundo do PUA, O MACHO ALPHA É O HOMEM COM PODER SOBRE AS MULHERES. Com o poder de atrair, conquistar e seduzir quais e quantas mulheres queira.
- AFC (Average Frustrated Chump): Homem mediano típico que, tradicionalmente, utiliza-se de agrados, elogios e bajulação, mas tem resultados ruins com as mulheres.
- AMOG (Alpha Male Other Guy): Comportamento do PUA para neutralizar a ação de outro MACHO ALPHA, que esteja no grupo, bloqueando ou protegendo o ALVO. Incluem retórica, NEGs e linguagem corporal.
- APPROACH: Aproximação:

- ASD: Anti-Slut Defense — Mecanismo de evitação feminina, que consiste em a mulher se fechar quando certa situação a expõe socialmente, pondo-a em risco de se passar por “puta”, “devassa” ou atingir sua honra. Por exemplo, quando é abordada em público, de forma explicitamente sexual, por um desconhecido.
- BF (Boy friend): Namorado.
- BS (BITCH SHIELD): Estado de defesa no qual se coloca uma mulher para evitar aproximações excessivas de AFCs. É caracterizado por linguagem corporal e oral fechada e até mesmo grosseira ou vulgar. A mulher não controla completamente o BC. Ela entra nesse estado automaticamente em ambientes típicos de paquera, onde haja grande quantidade de homens.
- BL (Body Language): Linguagem corporal. A Linguagem corporal deve ser congruente com suas palavras, como numa atuação teatral. Sua postura cotidiana deve refletir sua convicção de ser um MACHO ALPHA.
- BODY ROCKING — Corpo de Pedra: Técnica de DHV que consiste em gesticular o mínimo possível. Isso comunica segurança e poder pessoal. Observe que, na natureza selvagem, o comportamento de animais de maior porte, incluindo os grandes predadores, é caracterizado por um menor número de movimentos, ou por movimentos mais lentos quando estão em repouso, como se estivessem sempre tranquilos, nunca se sentindo ameaçados.
- BOUNCE (Dar um pulo): Tática para criar conforto: Consiste em dividir o tempo do encontro, indo a dois locais por menos tempo, ao invés de ficar por mais tempo em um só lugar.
- CANNED MATERIAL (material enlatado, ou pronto): Um JOGO pré-montado e ensaiado, constituído de 1 ou 2

OPNERS, 1 ou 2 DHVs e 2 ou 3 NEGs, que o PUA possa aplicar rotineiramente, mesmo em ALVOS bem diferentes.

- CB (Cock-block): Bloqueio contra homens. Tática comum que integra o arsenal de comportamentos que caracterizam o *Bitch-Shield*. Para evitar a aproximação ou a progressão da abordagem do PUA, a mulher sai com uma amiga, com um amigo ou com um irmão, como protetores.
- C&F (Cock & Funny): Metido e Divertido. Conceito chave da teoria de *David DeAngelo*. Para ele, são importantes fundamentos de toda a ação do PUA: A arte de comunicar valor pessoal superior, sem, no entanto, se passar por arrogante. Ao mesmo tempo em que usa humor para gerar e manter *tensão sexual*.
- Comfort building: Construir conforto.
- C&B (Crash and Burn): Modalidade de NEG mais ofensivo ou agressivo, adequado à HB-10. É importante que o *delivery* tanto dos NEGs quanto dos C&B sejam *calibrados* com *humor*.
- DHV: **Demonstração de alto valor pessoal**. Rotinas e habilidades pessoais e comunicativas que o PUA revela com o fim de gerar atração. É a parte mais decisiva do jogo. O PUA habilidoso em demonstrar valor consegue atrair mulheres que jamais se sentiriam atraídas por ele em função apenas de sua aparência ou status.
- DELIVERY: Entrega ou transmissão do conteúdo. Tão importante quanto a qualidade de seu OPNER, de sua história ou de sua rotina é a forma como você os entrega ao ALVO. No OPNER e nas ROTINAS, é saber empregar o HUMOR ou a seriedade, conforme o caso. É saber empregar a postura corporal e a expressão facial adequadas ao conteúdo. No HISTORE TELLING, é saber o tom de voz, os gestos e a postura adequados. O DELIVERY diz respeito a

todos os aspectos verbais e à linguagem corporal que podem ser empregados para garantir que o conteúdo entregue produza o efeito esperado.

- DLV (Demonstrate Lower Value): **Demonstração de baixo valor**. Comportamentos e falas do PUA que comunicam ao alvo que ele tem baixo valor pessoal. Exemplo: Dizer que não está “pegando ninguém”. Dizer que não está “fazendo nada de bom”. Reclamar, se desculpar e oferecer “agradinhos” para atrair as mulheres.
- EYE CONTACT: Conectar-se com a mulher olhos nos olhos e manter o contato por alguns segundos. *Nunca interrompa o contato visual antes dela.*
- FAKE IOI: Falsos Indicadores de interesse. IOIs exibidos por certas mulheres com o fim apenas de manipular um homem para conseguir algo, por exemplo, bebidas.
- FTC (False Time Constraint): Dizer falsamente que tem pouco tempo. Que não vai demorar, que só está de passagem. É quando o PUA abre um SET dando a impressão que está apenas de passagem, ou dizendo que “*tem apenas um minuto*”.
- Field Report: Relatório de um PUA, ou conjunto de suas *anotações de campo*.
- Fool’s Mate: No jogo de Xadrez, é o Xeque-mate em um tolo ou tola. Algumas mulheres, e em certas situações se sentirão atraídas pelo PUA à primeira vista, por sua beleza, estilo ou linguagem corporal, carecendo sequer que ele inicie o JOGO para concretizar seu objetivo.
- FC (Fuck Close): Terminar o JOGO em sexo.
- Field (Venue): Campo. Qualquer lugar, público ou privado, aberto ou fechado, diurno ou noturno onde o PUA encontre mulheres.

- FRAME: Dinâmica de poder implícita na cena e nos diálogos de uma interação. Relação de poder que se infere da linguagem verbal e corporal entre os participantes de um diálogo. O modo como uma interação ocorre, o que cada integrante de um casal ou grupo diz e faz, revelam a noção que cada um tem de seu poder pessoal sobre o outro ou de sua importância na dupla ou grupo. Por exemplo: Se um homem está num balcão de bar, tentando convencer uma mulher a aceitar que ele lhe pague uma bebida, o FRAME é: A mulher é um prêmio que o homem quer conquistar. A mulher ficará com o homem, se *ela* quiser.
- Freeze out: Ignorar o ALVO, “dar um gelo”. Tática usada pelo PUA que consiste em se aproximar de um grupo ou dupla ignorando o ALVO, com o fim de ganhar a atenção dela. Essa tática também é usada na fase de DHV como uma forma de NEG e na fase de CONEXÃO FÍSICA para aumentar a tensão sexual.
- HB: Hot Baby. Escore de beleza: HB10, HB9, HB8, etc. É a *“faixa de beleza”* na qual se enquadra seu ALVO. Sendo HB7 uma bela mulher e HB10 uma mulher modelo. É muito importante adequar seu jogo ao escore de beleza do ALVO. Reconhecer o nível de beleza do ALVO é fundamental para a calibração do JOGO. A arte do PUA consiste em atrair, seduzir e conquistar, com facilidade, mulheres HB-10, que jamais se sentiriam atraídas por outro homem idêntico que não seja um PUA.
- GF (Girl Friend): Namorada.
- Group Theory: Teorias, regras básicas e táticas para abordar o ALVO quando quando este não.
- Hired Guns: Vendedoras, garçonetes, promotoras, etc, mulheres selecionadas para emprego por sua beleza. Encontramo nas em grande número em lojas,

concessionárias de automóveis e em supermercados, por exemplo, bastante disponíveis e abertas à aproximação.

- Hook Point: Marco, ou momento do JOGO em que o grupo ou o ALVO decidem que a companhia do PUA é agradável e passam a desejar que ele não vá embora.
- INNER GAME: Jogo Interno. Estado mental do PUA diretamente relacionado a suas ideias, crenças e convicções sobre si próprio, sobre seu poder de sedução e sobre seu valor social como homem e como pessoa.
- IOI: Indicador de Interesse. Atitudes, gestos ou mudanças de comportamento dos quais se pode inferir que a mulher está atraída pelo PUA, que ela tem interesse romântico ou sexual nele.
- IOD: Indicador de desinteresse. Atitudes propositais ou inconscientes que indicam que o ALVO ainda não está atraída pelo PUA.
- KC: Kiss Close: Finalizar o sarge no ponto do beijo, o que supõe que o PUA concluiu com êxito as primeiras fases do jogo e se encontra agora na fase da SEDUÇÃO propriamente dita.
- Kino: Toque, carícias e estimulação tátil usados de forma estratégica pelo PUA para gerar conforto.
- Kino Escalation: Escalação com toque. Utilização progressiva, aumento da frequência e da intensidade do toque e do contato, para gerar conforto e para consolidar a conexão física com o ALVO.
- LTR: Long Term Relationship. Mulher selecionada pelo PUA, ou qualificada como adequada, para uma relação de longo prazo. **Definição prévia em relação ao ALVO**, a qual definirá quanto conforto e afinidade o PUA deve gerar antes de passar a fase de sedução.

- LJBF: Lets Just Be Friends: “Vamos ser apenas amigos”. Célebre frase usada pelas mulheres para interromper as pretensões sexuais de um cara pela qual não sentem atração. Com um jogo consistente, e conduzido corretamente, o PUA jamais ouve essa frase.
- LMR (Last Minute Resistance): Resistências do último minuto.
- MACHO ALFA (ALPHA MALE): Macho Alpha (definido em detalhes em capítulo especial adiante).
- MACHO BETA: O oposto do MACHO ALPHA. AFC.
- MLTR (Multiple Long-Term Relationship): Um PUA experiente pode ter múltiplos relacionamentos de longo prazo, sem esconder o fato à nenhuma delas e mesmo entre mulheres que se conhecem, como num harém.
- NEG: Normalmente, são frases curtas que permitem que você desqualifique e/ou mostre indiferença perante o ALVO. Eu defendo que não importa o objetivo do NEG, que seja para baixar a moral de uma HB-10, não há problema algum em que o NEG seja *entregue* com *HUMOR*. Acho até bem mais seguro, pois livra O PUA do risco de parecer arrogante ou ofensivo. Além de que, o simples fato de o PUA usar humor, já revela sobre ele que tem intimidade e segurança, por que está acostumado a presença de mulheres HB-10. E isso não compromete de forma alguma o conteúdo e o propósito do NEG.
- One Night Stands: Mulher cuja a intenção do PUA é apenas uma noite de sexo.
- **Opener**: Iniciador de conversa. Frase, brincadeira ou pergunta inicial que tem por objetivo engajar o ALVO ou um grupo numa interação.
- ONE ITIS: Apenas um ALVO, ou fixado num só ponto. É a situação de um homem, em geral, um MACHO BETA,

obstinado por uma única mulher, que não consegue flertar com outras por que a imagina como única e insubstituível.

- Obstáculos: Integrantes do grupo que não são o ALVO, para os quais o PUA precisa se qualificar primeiro antes de prosseguir com o jogo, ou antes de se direcionar ao ALVO.
- Peacock Theory (Teoria do Pavão): Conceito introduzido por Mystery que consiste em se diferenciar pelo visual. Uso de roupas e acessórios coloridos, extravagantes e chamativos, mas de bom gosto.
- Phase-Shift (Transição de fase): O momento certo de passar adiante no JOGO, de evoluir na conversa, por exemplo, passando da fase de **conexão emocional** para a fase de **conexão física**. O PUA que perde o “time” da Phase-Shift, demorando demais na **fase de conforto**, pode acabar ouvindo um LJBF (“Vamos ser apenas amigos”).
- PUA: O Pick Up Artist ou Artista da Pegação/Conquista.
- PLAYER: Jogador, paquerador. Indivíduo desinibido e atuante no campo, mas que, por falta de conhecimento e compreensão do jogo, por falta da arte do PUA, comete 3 erros graves, dos quais falaremos nesse trabalho, comprometendo em muito seus resultados.
- Push-pull: Poderosa técnica para criar ou aumentar a atração e tensão sexual. Consiste em sucessivamente *qualificar* e *desqualificar* o ALVO. Popular, “assopra e bate”. Um elogio seguido de um NEG, por várias vezes. Repetidamente, mostrar interesse e desinteresse ao mesmo tempo.
- RAPPORT: Ligação entre pessoas por simpatia ou por afinidades.
- SARGE: O jogo do PUA, a interação.
- SEDUÇÃO: Por definição, seduzir é o ato de tentar persuadir alguém. Tentar desviar alguém de seu caminho ou

convencê-lo a tomar outro lado usando persuasão, ou mesmo falsas promessas. Tentar entrar em intimidade física ou sexual com uma mulher. No sarge, ou no JOGO do PUA a SEDUÇÃO é uma fase específica, que tem o momento apropriado, não devendo ser intentante nem antes, nem depois.

- SET: Um espaço delimitado dentro da VENUE, onde o PUA atua sobre um alvo ou grupo.
- SOCIAL PROOF (Prova de valor social): É quando o PUA deixa evidente ou demonstra ao ALVO, de formas indiretas, que ele tem valor social, que tem uma grande rede de amigos e que é admirado por muitos homens e querido por muitas mulheres.
- Sarging: Praticar o PUA, abordar e jogar.
- Shit Test: Comportamentos, questionamentos e falas do ALVO, conscientes ou inconscientes, que tem por objetivo testar a confiança do PUA e se certificar de que ELE é realmente um MACHO ALPHA ou se é congruente com o que diz e faz.
- STR (Short Term Relationship): Mulher sem perspectiva para relação de longo prazo. Nos ALVOS classificados pelo PUA como STR, ou One Night Stands, pode ser aplicado *Fool's Mate*, ou seja, se houver atração o bastante, o PUA pode passar direto a fase de *sedução* ou direto à *conexão física*.
- *STORYTELLING* — *Contação de histórias*: Técnica para DHV — Demonstração de alto valor — que consiste em saber narrar fatos cotidianos ou comuns de modo a entreter o ALVO, engajando a na conversa, ao mesmo tempo em que o PUA comunica, ou deixa implícito, pelo enredo da história, que possui alto valor pessoal e muitas características desejáveis.

- TARGHT: O ALVO. A HB visada pelo PUA no grupo.
- TOKEN RESISTENCE: Um dos tipos de Resistências dos Últimos Minutos. Na eminência de entrar em intercuro sexual, a mulher experimenta sentimentos de insegurança, algo instintivo, como se uma voz lhe dizendo que ela não deveria prosseguir. “Quanto mais o homem avançar, mais a mulher recuará” e vice-versa.
- VENUE: O palco do jogo. Qualquer ambiente no qual os alvos estejam presentes e onde o PUA interage e joga.
- Wingman: Amigo ou amiga do PUA. Quem o acompanha e o auxilia nas interações, principalmente para desviar ou ocupar os obstáculos. Mas, o PUA deve estar sempre preparado para ir a campo sozinho.
- Wingwomen: Mulher que acompanha o PUA e cuja presença funciona como indicador de **alto valor social** e de **pré-seleção**.
- WUSSIE: AFC. Segundo DeAngelo, o tradicional bajulador.

SÍNTESE DAS PRINCIPAIS TEORIAS

Um resumo de 4 teorias revolucionárias no campo da sedução:

Dentre outros, 4 teóricos foram a fundo no estudo de como as mulheres reagem à presença masculina e derivaram desse conhecimento as técnicas que transformaram a sedução e a conquista numa verdadeira arte, com o poder de transformar completamente a sua vida sexual e afetiva, principalmente.

O OBJETIVO DO PUA: Vamos estabelecer aqui que esse objetivo é: *Numa mesma noite ou num mesmo dia, encontrar, escolher, atrair, seduzir e fazer sexo com uma mulher linda e interessante.*

TEÓRICOS PRINCIPAIS:

Style: Os 11 passos sequenciados que estruturam a parte mais prática desse livro foram extraídos do livro “The Game”. Na obra de tom autobiográfico, **Style** narra sua origem e os bastidores de seus primeiros anos no mundo do PUA.

Esse foi o único livro dele que li. Mas, apenas essa sequência que dá título aos 11 capítulos do livro, por si só, já é uma enorme sacada, e ajuda a compreender como o jogo da conquista funciona e te ajudará a estruturar sua ação em campo.

As onze etapas do jogo – By Style:

1. Selecione o ALVO.

2. Se aproxime e abra.
3. Demonstre alto valor.
4. Desarme os obstáculos.
5. Isole o ALVO.
6. Crie uma conexão emocional.
7. Extraia para um local de sedução.
8. Calibre a temperatura.
9. Estabeleça uma conexão física.
10. Contorne a Rejeição dos últimos minutos.
11. Gerencie as expectativas.

David DeAngelo: De estilo mais teórico, se aprofundou na compreensão da dinâmica social da conquista e dos principais traços de personalidade ligados a sedução. ATRAÇÃO é a palavra-chave da teoria de DeAngelo. Gerar atração é o primeiro passo para a sedução e a conquista.

Para DeAngelo, a ATRAÇÃO é uma REAÇÃO INSTINTIVA, AUTOMÁTICA e INVOLUNTÁRIA que ocorre na mulher na presença de estímulos específicos. DeAngelo teorizou que a ATRAÇÃO é “como lâmpadas que se acendem na mulher quando certos interruptores são acionados”. De modo que, acionados, um ou mais desses “botões” é inevitável para a mulher que ocorra a ATRAÇÃO. Portanto, basta que o homem conheça e saiba acionar os “botões” ou estímulos corretos para gerar ATRAÇÃO. **“A atração não é uma escolha”**. A mulher não decide se sentir atraída; simplesmente, acontece.

Para DeAngelo, o homem deve se concentrar em **transformar a si mesmo**, se tornar capaz de provocar e transmitir, através de habilidades pessoais e comunicativas, por seu comportamento e por sua linguagem corporal, as **emoções** que outros caras tentam, erradamente, causar nas mulheres ostentando bens materiais ou usando de seu status. O foco de todo homem deve ser o **desenvolvimento pessoal**; a construção de uma imagem externa e interna (autoimagem) de

alto valor. O homem não deve se concentrar em seduzir e conquistar mulheres. Quando se preocupar mais com o seu próprio aperfeiçoamento e com o desenvolvimento de habilidades pessoais, será capaz de gerar ATRAÇÃO em quantas mulheres quiser naturalmente.

Cook and Funny: Outro conceito chave em sua teoria e ponto central da formulação de muitas de suas técnicas. Significa **metido e divertido**. Prefiro traduzir por: Metido, mas divertido. O conceito se tornou sua marca registrada, tido como ponto central na sua teoria da ATRAÇÃO.

Sobre beleza e dinheiro:

Como já dito, a teoria de DeAngelo enfatiza a construção de uma imagem de homem moderno dinâmico, que busca o sucesso profissional e pessoal, que se preocupa com a própria imagem em todos os aspectos e que busca se posicionar socialmente num grau de bom status.

Isso porque ***as mulheres reagem automaticamente ao que elas veem num homem e à forma como ele se comporta.***

O foco da arte da conquista é trabalhar você, sua vida, sua personalidade e suas atitudes. Se os seus resultados com as mulheres estão ruins, é bem provável que você esteja negligenciando a si mesmo em vários aspectos da sua vida. ***Nunca culpe as mulheres por seu fracasso com elas.*** Se você próprio não tem compromisso sério com seus projetos de vida, acha que as pessoas iram te valorizar mais que você mesmo se valoriza?

Mystery: É o teórico que melhor desenvolveu suas teses. O que melhor explicou o mecanismo da sedução. Suas teorias são conhecidas e amplamente adotadas por praticantes do PUA no mundo todo. ***Seu trabalho está sintetizado no desenvolvimento do MM – Mystery Method ou 3MM. O 3MM é um método fantástico, em 3 (três) fases, que determina de forma teórica e***

prática, no tempo e no espaço, como agir para concretizar o objetivo do PUA. Pode ser sintetizado na seguinte sequência:

1º) Atrair — 2º) Construir conforto — 3º) Seduzir.
Necessariamente, nessa ordem.

Mystery é extremamente didático e esclarecedor. Explica com muita lucidez os aspectos sociais, biológicos e psicológicos envolvidos na atração e na sedução e que serviram de base para o desenvolvimento do MM. Aplicou, brilhantemente, ao estudo da sedução os conhecimentos que adquiriu sobre evolução humana, biologia e psicologia social.

Como PUA, Mystery defende que é aconselhável se diferenciar no estilo pessoal, ser único e chamativo. Ele valoriza a criatividade e recomenda, como muito úteis ao jogo da sedução, o desenvolvimento de habilidades pessoais líricas e teatrais, como o talento para entreter pessoas com truques, testes, dinâmicas de grupo e contação de histórias.

Mystery descreve e exemplifica bem em sua obra os **4 erros mais comuns** cometidos por PLAYERS e “conquistadores” inexperientes.

Em síntese, são esses os perfis característicos, os 4 erros mais comuns e suas consequências:

1 – O Sedutor: Homens que tentam *seduzir primeiro*, antes de **atrair** e **gerar conforto**: A consequência é que a mulher ative suas defesas, pois nenhuma mulher espera ir pra cama com um homem que ela mal conhece. A **sedução**, propriamente dita, tem o momento e o lugar apropriados.

2 – O Cara legal: Homens que tentam construir conforto primeiro, antes que a mulher de sinais de estar atraída por ele. É o perfil de cara que tenta ser legal com a mulher, puxa conversa e faz elogios, mas com pretensões sexuais. No entanto, as mulheres são muito sensíveis e hábeis em “farejar” suas pretensões e repelirá suas investidas, traduzindo tudo como tentativas de ter sexo com ela. Mesmo que ela aceite sua

presença, entenderá suas atitudes como dissimula e inúteis. Logo, não tente agradar uma mulher, ou construir conforto, antes que ela indique interesse por você, ou melhor, ***não antes que ela lhe dê, ao menos, 3 Indicadores de Interesse (IOI)***, como detalharei adiante.

“Cat theory: ***“Porque somos compelidos a perseguir apenas aquilo que está fugindo”***. Logo, se você começar demonstrando interesse na mulher, é menos provável que ela faça o mesmo.

3 – O PLAYER — Jogador: Sedutor com relativa habilidade e desenvoltura que consegue atrair mulheres, mas parte para a sedução rápido demais, antes de ***construir conforto***. De acordo com o método **3MM**, ele começa pelo começo, mas pula o meio, indo direto ao fim. Como consequência, aciona na mulher o ***Anti-Slut Defense***: Um medo inconsciente e instintivo de ser tomada por “puta” leva a mulher a manifestar um maior número de Resistências do Último Minuto, pois ainda não está à vontade com o PLAYER.

Uma importante ideia a destacar aqui é: *O homem deve se precaver para que o sexo não aconteça cedo demais*. Pois, quando isso acontece, ocorre na mulher um fenômeno chamado ***“Buyer’s remorse – remorso do comprador”***: Ela experimenta um sentimento ruim, de ter feito algo que não devia. E passa a duvidar que o PUA, ainda a valorize, inviabilizando assim o seguimento da relação. Logo, se o PLAYER imagina que o ALVO possa vir a se qualificar para uma relação de longo, só deve permitir que o sexo ocorra quando houver conforto o suficiente. Segundo Mystery, para se ter como uma boa base, são necessárias, um mínimo de 7 horas, contínuas ou acumuladas, para que uma mulher se sinta suficientemente confortável para fazer sexo.

Diga a ela: “Você está indo rápido demais pra mim”. Isso mesmo. Essa frase é ótima!

4 – “**Vamos ser apenas amigos**”: O quarto erro é: *Começar no começo e parar no meio. Ou seja, **atrair**, mas permanecer por muito tempo na fase de **gerar conforto**, sem avançar à fase da sedução.* Se o PUA inexperiente permanecer tempo demais na fase de conforto, ou não usar toque, gestos, palavras ou rotinas que mantenham certa **tensão sexual** no ar, a mulher começará a percebê-lo como amigo, inviabilizando a sedução.

Swingcat: Prizabilit: Swingcat fundamenta sua teoria no conceito de **Prizability** e na internalização das **crenças do homem que é O PRÊMIO**.

Ser o prêmio: As mulheres são seres de iniciativa, tanto quanto os homens. Cause atração na mulher e você receberá em troca indicadores de interesse. Só a partir daí, você poderá demonstrar interesse por ela também.

Swingcat: Guide to Real Word Seduction. Sua principal obra. Leitura obrigatória para todos que querem se diferenciar na arte da sedução.

Frames: “A realidade mais ponderosa vence”. Ter convicção de nossas crenças nos faz agir segundo elas e convencer ao mundo que nossa realidade interna se aplica também externamente.

Crença central: “Eu sou o prêmio. Ela está tentando me conquistar”.

Inversão de papéis: Quem é O PRÊMIO, o homem ou a mulher?

O estilo de Swingcat é bem adequado ao PUA dinâmico e envolvente e que sabe usar o humor como arma de conquista.

O método de Swingcat é brilhante. É meu preferido. Em síntese, partindo do FRAME de que **o homem é O PRÊMIO** e que a mulher é quem quer conquistá-lo, basta observar como uma mulher linda, interessante e cobiçada pensa e age numa situação de, paquera, conquista e sedução e agir do mesmo modo.

Isso mesmo, faça uma lista de comportamentos e ideias que fundamentam as atitudes e o modo de agir das mulheres bonitas. Assimile bem essas ideias e, com base nesse FRAME, monte sua estratégia de humor, rotinas e comportamento.

Algumas crenças das mulheres bonitas e interessantes:

- Têm certeza que, basta que ela queira, e qualquer homem se deitaria com ela.
- Não esperam um homem se ele se atrasar.
- Interpretam qualquer gesto ou palavra de um homem como um sinal de interesse sexual por ela.
- Andam pela rua com a “linha dos olhos estreita”, mirando à frente, e não se viram para olhar nada, coisas ou pessoas, ao redor.

Ao longo do livro vou retomar diversos conceitos de Swingcat e aplicá-los às técnicas do jogo da sedução.

Há ainda vários outros autores importantes os quais pesquisei, dos quais adquiri cursos em áudio e vídeo e cujas ideias fundamentam muito do eu escrevo aqui. Corro o risco de ser injusto com vários outros mestres dessa sublime arte. Já citamos aqui um bom número de excelentes fontes.

Mas, só para citar mais alguns como referência para suas futuras pesquisas, digo que vale muito a pena conferir o trabalho de: Bad Boy, Thundercat e Carlos Chuma.

RESUMO DOS PRINCIPAIS AUTORES – PONTOS EM COMUM: Embora apresentem diferenças quanto a ênfase na teoria ou na prática, foco no **jogo interno** ou no **jogo externo**, valorização de habilidades comunicativas ou sociais, foco no trabalho de campo ou na sedução como parte da vida diária, ***há vários pontos de acordo entre os teóricos.***

De fato, há muito mais pontos de acordo que divergências. O que mostra a consistência e efetividade dos diversos métodos e

teorias.

Os pontos de acordo entre os teóricos podem ser considerados como ***as regras fundamentais para que você seja bem-sucedido na sedução e na conquista.***

Os mestres concordam que:

- O homem não deve demonstrar interesse na mulher antes que ela demonstre.
- O foco é ATRAIR primeiro, não seduzir.
- As mulheres são mais atraídas por homens que se mostram sexualmente desinteressados nelas e por homens que elas não conseguem controlar.
- Sendo assim ou não, fato é que, com exceções, o PUA não pode deixar seu interesse transparecer. Ao menos, não no primeiro momento.
- Ao contrário de buscar a aprovação das mulheres, como os homens em geral fazem, o objetivo do PUA é descobrir se a mulher está à altura de seus padrões e expectativas. No JOGO, o PUA lança dúvida sobre isso, questionando a mulher sobre seu valor e suas qualidades, desafiando a mulher a se provar capaz de merecê-lo.
- Preferência pelo JOGO INDIRETO.
- Há em toda as mulheres certos botões que acionam a ATRAÇÃO. Quando tais botões são acionados, toda mulher reponde da mesma forma. De modo que a ATRAÇÃO não é uma escolha consciente, mas uma resposta automática a estímulos programados instintivamente.
- Um exemplo de botão existente nas mulheres que aciona a resposta de atração é chamado de PRE-SELEÇÃO: As mulheres se sentem atraídas por um homem quando veem que ele anda cercado por outras mulheres. Quando veem que ele é cobiçado por mulheres como ela, ou que já foi

pré-aprovado por outras. Também indica pré-seleção quando um homem é requisitado e valorizado por muitas pessoas, homens e mulheres, em seus círculos sociais, como no trabalho, na família e entre os amigos.

- ***Sobre o que falar com uma mulher?*** Qualquer que seja o assunto, ***não se prenda aos fatos***. Não esteja apenas narrando acontecimentos, mas destaque as emoções e os sentimentos presentes na experiência.
- Habilidades úteis na arte da conquista: Habilidades sociais. Status social, dominância e liderança. Humor: Saber contar histórias e piadas, saber truques de mágica e leitura de mãos.
- ***Sedução:*** É o ato de tentar persuadir alguém. Tentar desviar alguém de seu caminho ou convencê-lo a tomar seu lado usando de persuasão, ou mesmo de falsas promessas. Tentar entrar em intimidade física ou sexual com uma mulher. Os mestres concordam que o PUA ***nunca deve tentar persuadir uma mulher usando: Argumentação lógica ou falsas promessas***. Na verdade, o PUA, se bem conduzido o JOGO, não terá sequer que persuadir a mulher a nada. Será papel DELA persuadir o PUA. Mas, caberá ao PUA conduzir a ação de modo a que cada fase do JOGO aconteça no tempo certo.
- **ATRAÇÃO PASSIVA E ATRAÇÃO ATIVA:** Em tese, *apenas a mulher que esteja atraída por você pode ser conquistada*. Para conquistar é preciso primeiro atrair. Se uma mulher não estiver atraída por você, qualquer tentativa sua de se conectar com ela irá aborrecê-la. Coisas como tentar que ela converse, falar de você mesmo, tentar que ela fale sobre ela, perguntar sobre ela são tentativas comuns de gerar afinidade e conforto, que não são bem recebidas se a mulher não sente ainda nada por você.

- Com o tempo, uma mulher que recebe inúmeras investidas de caras legais tentando conversas “amigáveis” com ela desenvolve um conjunto de estratégias para bloquear esses caras antes mesmo que eles comecem a falar. Esse conjunto de comportamentos defensivos constitui o *Escudo Protetor*.
- Se ela não se sentiu atraída por você à primeira vista, você ainda pode gerar atração usando os DHVs — Demonstrações de Valor.
- O que você tem em mente quando pensa em “uma pessoa interessante”? Como você conduz sua vida e trata suas coisas e seus negócios? Se você próprio não se reconhece como alguém interessante, por que as mulheres irão se interessar por você?

O SEGREDO DO PODER COM AS MULHERES:

Baseado em: “As 77 Leis do poder com as mulheres”, de **David DeAngelo**

Nesse excelente trabalho, David DeAngelo lança os fundamentos para o sucesso na vida pessoal e afetiva. São princípios para o comportamento e para a comunicação com as mulheres. São o ponto de partida para o desenvolvimento de quaisquer técnicas. Como ele diz muito bem: *“Preocupe-se com os princípios e com as teorias, que as técnicas surgirão naturalmente”*.

Claro que está lista não contém o trabalho na íntegra, nem o substitui. Selecionei boa parte. Algumas das leis são autoexplicativas. Em outras, inseri meus comentários.

- Não perca seu tempo tentando mudar mulheres com perfil muito fora do que você está buscando. Isso, quase sempre, não dá resultado.
- Construa uma autoimagem de alguém forte e capaz, alguém de alto nível. Se veja como alguém de alto nível. Tenha uma imagem clara da pessoa que você quer ser. Tome consciência de suas fraquezas, mas saiba sempre quais são seus pontos fortes. Que aspectos pessoais, características ou habilidades você gostaria de desenvolver ou adquirir? Faça uma lista com todas as palavras que definiriam seu **EU IDEAL**.
- Não se compare a ninguém, você é único. Compare seu progresso apenas consigo mesmo. Tome nota de seu progresso diariamente e reveja suas anotações semanalmente.
- Olhe para o que está acontecendo contigo. Analise e veja o que pode ser aprendido. Tome consciência do que você anda fazendo da sua vida.
- Procure se cercar de pessoas de nível melhor que o seu. Encontre modelos de pessoas bem-sucedidas, que possuem as qualidades que você valoriza. Encontre as, quer seja em filmes, em livros ou pessoalmente.
- Nunca peça desculpas para ter aprovação dos outros. Você deve ter segurança de suas atitudes. Um homem maduro, de reflexão e personalidade, sabe bem o porquê das coisas que fez e se foram adequadas ou necessárias num certo momento ou contexto. Então, porque teria que se desculpar por ter feito? Ou você é imaturo e age de forma irrefletida? É sempre melhor pensar bem antes de fazer, que se desculpar do que fez.
- Pare de buscar aprovação das pessoas.
- Descubra seu propósito na vida e se apegue a ele.

- Viaje e adquira cultura. Diversifique seu conteúdo, amplie sua visão do mundo e tenha muitas histórias para contar.
- Relembre a si mesmo seu propósito na vida todos os dias.
- Liste suas habilidades pessoais e suas atitudes internas.
- Ame mais o aprender que o resultado do aprendizado.
- Ensine o que você aprendeu.
- NUNCA critique ninguém, nunca reclame, lamente ou pragueje.
- Cerque-se de modelos bem-sucedidos e elimine os modelos de fracasso.
- Pare de fazer o que não funciona. Tome nota das coisas que funcionam e comece a fazer o que funciona. Perceba seus hábitos destrutivos e os elimine. Substitua-os por hábitos positivos.
- Mantenha sempre a serenidade.
- Prove a si mesmo que você pode lidar com a rejeição.
- Tenha coragem e força para trocar recompensas efêmeras, no curto prazo, por recompensas duradouras a longo prazo.
- Aprenda a se divertir, independentemente do que esteja acontecendo a sua volta. Aprenda a convencer as pessoas de que algo pode ser divertido e a ver diversão em tudo, em todos os momentos.
- Valorize o seu tempo e a si mesmo mais que a qualquer mulher.
- Desenvolva sua percepção espacial: Aprenda a ver tudo a sua volta sem ter que virar todo o corpo, ou mesmo apenas sua cabeça: Mulheres lindas e interessantes e homens de alto nível não andam olhando para todos os lados, não respondem a assovios e chamamentos genéricos, nem se viram rapidamente quando são chamados pelo nome. “Mantenha a linha dos olhos estreita”.

- Aprenda a controlar suas emoções e a observar um espaço de tempo entre o ouvir e o responder, entre um estímulo qualquer e uma resposta. Não reaja irrefletidamente a provocações.
- Seja incrivelmente honesto, autêntico, sincero e franco quando for a hora de ser direto.
- Olhe para a frente quando falar.
- Saiba se auto enganar: Nem tudo é realidade. Em muitos casos, a realidade não passa de um ponto de vista. Então, escolha os pontos de vista mais positivos, que favoreçam a tomada de atitude e não o medo. Se você se enxergar e se comportar como alguém de auto nível, será tratado como sendo.
- Aprenda, pratique e aja: A teoria deve vir antes da ação. Ações perfeitas levam a perfeição. Seja competente em aprender e você será competente em tudo que você fizer.
- Esteja sempre progredindo. Tome nota de suas conquistas e de tudo que você ainda espera alcançar. Defina prazos para todos os seus objetivos.
- Faça uma lista das pessoas que você não gosta e das características delas. Agora, da mesma forma, faça uma lista das pessoas de quem você gosta e das características delas.
- Seja capaz de perceber quando estiver perdendo o controle e dê uma parada: Esse princípio fundamenta a ideia de que você não deve insistir com uma mulher que está querendo ir embora. Pelo contrário, a técnica é que você seja o primeiro a propor o término.
- Faça-se respeitado. Não permita que as pessoas lhe façam coisas que você não gosta ou façam o que você não gosta na sua casa ou na sua presença.
- Lidere: Aprenda a liderar e lidere.

- Pare de idealizar as mulheres e os relacionamentos: Procure por sinais de quem ela realmente é. Não se deixe invadir tão cedo no relacionamento por emoções de amor a longo prazo. Pare de pensar que tudo que te falta na vida é uma mulher linda e interessante.
- Deixe a mulher resolver seus próprios problemas e a amadurecer com isso.
- Não tente controlar uma mulher dando-a dinheiro ou mantendo-a.
- Pare de tentar impressionar.
- Preste bastante atenção aos detalhes de sua aparência, higiene pessoal e estilo. Manifeste a si mesmo nos detalhes da sua vida.
- Elimine quaisquer sinais de insegurança e nervosismo que surgem quando você está diante de pessoas desafiadoras, como mulheres bonitas, por exemplo.
- Mantenha sempre contato visual.
- Se torne a pessoa mais interessante que uma mulher já conheceu. Pergunte-se: Que assuntos mais interessam as mulheres? O que mais atrai a maioria das pessoas? Leia romances e revistas femininas. Aprenda a falar sobre esses assuntos. Aprenda a contar histórias, fazer mágicas e a descrever tipos de personalidades.
- Incorpore em seu repertório de assuntos os tópicos que atraem a maioria das pessoas. Mas, lembre-se de focar a conversa nas emoções ligadas a cada tema.
- Organize sua vida de modo a estar sempre conhecendo pessoas novas. Esse ponto é crucial. Pois, as vezes sua rotina o coloca num círculo fechado no qual novas pessoas não entram. Talvez você circule por uma rota na qual não cruze nunca com alguém diferente.

- Aumente as chances de que você esteja conhecendo novas pessoas todos os dias. Tenha como meta conhecer ao menos uma nova mulher toda semana. Você precisa mudar sua rota e sua rotina. Sair de casa e frequentar ambientes diversificados e com alta probabilidade de conhecer novas mulheres.
- Crie novas rotas, vá a diferentes lugares e ligue para pessoas que talvez estejam esquecidas na sua agenda. Talvez elas estejam em um bom momento e com bons amigos e amigas, que você poderá conhecer.
- Aja como se houvessem 100 mulheres te ligando diariamente. Como você agiria se houvessem 100 mulheres te ligando diariamente?
- Não se comporte de maneira chata ou previsível. Ser chato e previsível são os maiores inimigos da atração.
- Mude o rumo da conversa, mude de assunto, leve as coisas para outra direção, “quebre o gelo”.
- Esteja sempre relaxado, nunca em posição de defesa. Saiba rir de si mesmo. Tenha pontos de vista alternativos, dê respostas inusitadas e faça convites surpresa.
- Aprenda a contar um assunto qualquer como se fosse uma história interessante. Você pode entreter mulheres falando de forma divertida mesmo sobre algo trivial que lhe aconteceu no trabalho.
- Aprenda a ser arrogante/divertido, como James Bond, Clarke Gable, David Letterman e Howard Stern.
- Seja amigo de ao menos 3 mulheres atraentes, como as que você quer atrair.
- Aprenda a excitar uma mulher mentalmente, fisicamente e emocionalmente.
- Aprenda em detalhes todo o processo de acasalamento humano.

- Aprenda a interpretar o jogo de interesses e de poder pessoal subjacente em situações e dinâmicas sociais.
- Aprenda a provocar e a desafiar para ter respostas positivas.
- Seja honesto, ético e autêntico com as mulheres, sempre. Demonstre seu desejo, seja sincero, não oculte que a notou, que a achou sexualmente interessante.
- Construa limites assim que for possível: Se uma mulher fizer algo que você acha inaceitável, diga a que não aceita isso. Deixe as mulheres saberem que você não aceita certas pessoas ou padrões baixos de comportamento. Censure-as pelo que você acha que está errado.
- Julgue as mulheres pelo que elas fazem, não pelo que dizem. Eventualmente, uma mulher se deitaria com um gogo boy para realizar uma fantasia sexual. Eventualmente, uma mulher se deitaria com um velho milionário para realizar um sonho de consumo. Mas, por fim, acabam por se envolvendo mais profundamente com homens mediano. O que as mulheres dizem, não é o que pensam. Não de crédito a papo de mulheres enaltecendo homens bonitos, ricos ou famosos. Isso não passa de conversa banal.
- Envolver as emoções e os sentimentos delas, não a mente. Envolver o seu corpo. Conte histórias que falam de sentimentos e lembre-se de tocá-la de forma excitante.
- Transforme tudo numa aventura. Convença a si mesmo que o que acontecerá será incrivelmente divertido e então, convença-a também disso. Todas as mulheres procuram por diversão e estão predispostas a se divertirem. Com bom humor e criatividade, você pode fazer coisas simples serem divertidas.
- Sempre haja e se comunique de uma maneira que a mulher fique sempre querendo saber mais, fazer mais e sentir

mais. Saiba parar no meio o que estiver indo bem. Não deixe para interromper algo que está prazeroso quando a mulher já estiver cansada daquilo.

- Quando estiver perdendo uma mulher, pare, de um passo atrás e espere que ela venha até você. Que seja você quem termina um relacionamento que estiver caminhando para o término.
- Só dê algo a alguém quando a pessoa *realmente* quiser. Quando perceber que uma mulher quer algo, volte atrás, faça a *realmente* querer. Só então, dê a ela um pouco, e um pouco mais.
- Aprenda a tornar suas conversas interessantes para as mulheres. Torne-se um homem interessante, cultive várias áreas da sua vida. Tenha sempre algo interessante para dizer, fazer ou uma boa história para contar.
- Assuma o desafio de se transformar.

AS LEIS DO PODER PESSOAL:

Extraído de “As 48 Leis do Poder”.

1) Sua reputação é intocável. Não sacrifique sua reputação à toa.

2) Apele para o egoísmo das pessoas nunca para sua misericórdia.

3) Use a ausência para aumentar seu respeito e sua honra. Tática que explora a intuição humana de que tudo que é raro ou escasso tem mais valor.

4) Aja como um Rei: Respeite a si próprio e inspire nas pessoas o respeito por você.

O MACHO ALPHA:

MACHO ALPHA é o termo usado na natureza selvagem para descrever o animal que domina em um bando, o qual tem o poder de escolher as melhores fêmeas, ou todas as fêmeas disponíveis, para copular.

O MACHO ALPHA, as vezes, condena os outros machos do bando, os MACHOS BETA, a perecerem sem copular, sem deixar descendentes.

De modo similar, no mundo civilizado, assim como existe grande desigualdade na distribuição de renda, existe também grande desigualdade na *distribuição das mulheres*.

Poucos homens tem a liberdade de fazer sexo quando querem, porque tem a seu dispor diversas mulheres. A maioria tem poucas opções ou nenhuma.

Para o nosso estudo, no mundo do PUA, O MACHO ALPHA É O HOMEM COM PODER SOBRE AS MULHERES. Com o poder de atrair, conquistar e seduzir quais e quantas mulheres queira.

Mas, assim como na natureza selvagem, tornar-se um MACHO ALPHA no mundo civilizado é uma questão de sobrevivência e de perpetuação também. Afinal, não agrada à nenhum homem pensar que seus genes correm o risco de serem banidos da face da terra.

Na natureza selvagem, o MACHO ALPHA é aquele que possui, em maior medida, características, como tamanho, força, agilidade, beleza ou agressividade.

Não se preocupe em não ser o maior de todos os MACHOS ALPHA. Podem haver vários outros. O importante é que você seja um deles.

Vou lhes falar sobre constatações importantes sobre a natureza humana, sobre o homem e a mulher modernos, que irão lhe chocar.

É uma ideia difícil de ser aceita. Mas, como eu te disse, esse conhecimento é mesmo revolucionário. O que muitos estudiosos já compreenderam é que, de um ponto de vista evolucionista, a civilização é muito recente em relação a Era Pré-histórica. Ou seja, temos um passado de mais de 6 milhões de anos na Era das Cavernas, ou na era primitiva, enquanto que a civilização moderna tem cerca de 3 mil anos.

Logo, *nossa semelhança com os animais é muito grande*. Embora tenhamos aprendido a dominar os instintos para viver em harmonia, nossos instintos primitivos ainda nos dirigem. Ou seja, vivemos numa civilização, mas nossos desejos profundos, *aquilo que realmente buscamos não difere muito dos desejos dos animais* ou dos desejos de nossos ancestrais primitivos.

CARACTERÍSTICAS DO MACHO ALPHA:

1) **São líderes:** demonstram autocontrole e força, se destacando como mais influentes nos grupos que frequentam.

2) Tem um forte senso realidade: Esse ponto soa bastante abstrato, mas é um dos mais importantes. Por forte senso de realidade, entenda-se “forte convicção pessoal de SUA realidade. Essa qualidade transparece no comportamento do MACHO ALPHA como sendo ele *seguro de tudo o que faz*. Ele não titubeia em seus gestos e em suas decisões. Não é facilmente sugestionado por palpites de outros e nunca cai em dúvida quando outros questionam o sentido de suas ações. Ele demonstra em sua vida que tem consciência de quem ele é e que tem certeza de onde quer chegar. Ou seja, o MACHO ALPHA não está apenas vivendo, mas é um homem com um claro propósito na vida e com muitas coisas a conquistar.

3) Possuem ALTOS PADRÕES: Deixa claro, por suas palavras e comportamentos, que não aceita qualquer mulher, mas apenas

aquelas que atendam suas expectativas e que se enquadrem em certas regras e padrões. Tenha padrões de qualidade e não aceite mulheres que não se enquadrem neles.

4) O MACHO ALPHA traz a mulher para o mundo dele: É uma situação muito mais confortável quando você está se divertindo em seu ambiente pessoal, cercado por seus amigos e amigas, e por pessoas que te admiram e você, então, convida a mulher para se divertir contigo. Se, pelo contrário, você aceita o convite dela para sair ou se reunir com os amigos dela, pode acabar numa situação em que ela liderará você, e isso não é bom. Então, tenha sempre o que fazer, tenha seu mundo e sua vida, e convide a mulher a se juntar a você. Mas, caso não veja problema em aceitar um convite dela, siga a regra: *deixe ela te acomodar. Espere que ela te apresente ou te sirva. Se ela demorar a fazer isso, passe para outro alvo que estiver ali, ou, se não houver outros alvos, vá embora.*

5) O MACHO ALPHA é um desafio para a mulher. Mulheres interessantes querem um homem que as desafie da maneira correta. Liderando, tendo altos padrões de exigência e questionando os padrões da mulher.

De maneira correta você pode desafiá-la a atender suas expectativas.

6) O MACHO ALPHA tem senso de humor.

7) Revela certa vulnerabilidade.

8) Exibe sinais de aptidão para sobreviver e para se reproduzir com saúde.

9) O MACHO ALPHA é confortável consigo mesmo e com seu corpo.

Carlos Xuma, em seu excelente livro, *Secrets of the Alpha Male*, trata em profundidade do tema e traz muito mais sobre sedução.

Com não poderia deixar de ser, o livro contém uma extensa lista de características do MACHO ALPHA e explana

detalhadamente todos os aspectos de sua personalidade.

MAIS CARACTERÍSTICAS DO MACHO ALPHA (CARLOS XUMA):

1) Está sempre com o tempo “curto”: Um MACHO ALPHA tem sempre coisas para fazer, lugares para ir e pessoas para ver. Não pode passar horas ou telefone ou proseando inutilmente com alguém.

2) Tem sempre compromisso com seus afazeres e com sua própria satisfação primeiro. Não confundam isso com egoísmo. É apenas questão de que um MACHO ALPHA tem sempre planos de como quer passar o dia e os fins de semana e de como irá se divertir. Se ele relegar os próprios planos em favor de compromissos de última hora e esquemas malplanejados de outras pessoas, pode acabar frustrado quando poderia se dar bem melhor. Logo, um MACHO ALPHA sempre põe seus planos pré-traçados em primeiro lugar.

3) Usa a inteligência antes dos músculos: Embora homens e mulheres nos tempos modernos ainda sejam movidos sexualmente pelos mesmos instintos básicos da Idade da Pedra, no mundo civilizado PODER não é o mesmo que força física. E, embora ajudem, não são os músculos que definem um MACHO ALPHA.

4) Um MACHO ALPHA se mostra no controle de suas emoções. Sabe que precisa mais de cérebro que de músculos para sobreviver. Não reage a provocações. *“Quem te enfurece, te domina”*.

5) Quando conversa, um MACHO ALPHA é, ao mesmo tempo, GENTIL e ENFÁTICO.

6) Um MACHO ALPHA sabe o que quer da vida, tem objetivos e planos traçados para alcançá-los e toma decisões rápido.

7) Um MACHO ALPHA, entende os riscos da vida, mas sabe que o maior risco é levar uma vida infeliz. Por isso, vê a vida como uma grande aventura e age para que, na maturidade, não esteja lamentando que não realizou os sonhos que tinha quando era jovem.

8) Por outro lado, um MACHO ALPHA não aposta mais do que pode perder e nunca arrisca sua vida ou sua saúde em nenhuma disputa.

9) Um MACHO ALPHA desculpa-se a si mesmo por suas falhas e sabe que o único homem que não falha é aquele que não tenta.

10) Um MACHO ALPHA ***aprende e evolui todo dia.***

11) O MACHO ALPHA tem a firme convicção de que ***toda e qualquer mulher do mundo*** o deseja.

A lista a seguir contém, sinteticamente, mais algumas características do MACHO ALPHA:

- Demonstra dominância.
- Se relaciona com várias mulheres, não apenas com uma.
- Lidera os outros.
- Controla suas emoções.
- Não tem medo de demonstrar raiva quando necessário.
- Prefere se manifestar, mesmo correndo o risco de estar errado, que permanecer calado por medo de errar.
- Quando quer algo, pede, requisita e sempre corre atrás do que quer.
- Demonstra prosperidade e capacidade de prover.
- Nunca aparenta estar sexualmente necessitado.
- Não faz questão de explicar seus erros, apenas os admite.
- É protetor.
- É orientado por objetivos.
- Ele não pergunta se pode, ele diz o que quer.

- Nunca se desculpa por quem ele é ou pelo que fez.
- Não se preocupa com o que as pessoas pensam dele, nem deixa a opinião delas a seu respeito interferir em sua vida.
- Busca poder, mas de forma saudável, apenas para atingir seus objetivos.
- Fala em público em tom alto e afirmativo.

FILMES:

Assistir a *filmes* é uma forma divertida e eficaz de se aprender como funciona o jogo da sedução. Indico abaixo uma lista de bons filmes. Nesses filmes você encontrará diversos modelos de MACHOS ALPHA. Assista-os. Identifique o personagem MACHO ALPHA e veja como ele se comporta. Fique atento à sua linguagem corporal e ao modo como ele interage com as mulheres. Faça uma lista dos traços de personalidade e das características pessoais do personagem ALPHA. Veja que seu comportamento é bem explicado pelas teorias que já abordamos.

Na lista de filmes abaixo você encontrará vários bons modelos para IMITAR. Isso mesmo, IMITÁ-LOS. Em neolinguística isso se chama *modelagem*.

O simples fato de imitar a linguagem corporal de um MACHO ALPHA lhe trará resultados imediatos surpreendentes. A linguagem corporal de um MACHO ALPHA é um dos botões que acionam a ATRAÇÃO. Lembre-se que, ***o corpo é responsável por 93% de tudo o que comunicamos***. Apenas 7% de nossa comunicação é oral.

Por que a simples imitação da linguagem corporal do MACHO ALPHA já trará bons resultados para você? Em termos simples, por causa de uma espécie de *mecanismo de suposição reversa*. Explico: Existe uma linguagem corporal que é típica de

pessoas poderosas, assim como existe uma linguagem corporal típica da mulher linda e interessante. No caso do homem, alguns desses traços são: Se movem lentamente, com passos longos e firmes. Quando andam olham para frente com o olhar na linha do horizonte. Se sentam ocupando o máximo de espaço possível. Não se viram rapidamente quando são chamados. Numa conversa sentados, se encostam na cadeira e não se inclinam para tentar ouvir o que outros dizem. Falam alto, com clareza, com pausas e sem pressa, etc.

Reconhecemos intuitivamente quando uma pessoa, homem ou mulher, revela poder através de sua linguagem corporal. Logo se temos a intuição de que poder e beleza estão ligados a certa linguagem corporal, uma vez que você imite essa mesma linguagem corporal, as pessoas sentirão a seu respeito que você tem poder ou beleza, instintivamente.

George Cloney, Brad Pitty, Antônio Bandeiras, Mickey Rourke, Pierce Brosnan, Tom Cruise, Jude Law, Sean Connery e Alec Baldwin são exemplos típicos de MACHOS ALPHA. Observe em seus filmes a linguagem corporal deles.

Imitar outra pessoa seria abrir mão de minha própria personalidade? Imitar a linguagem corporal de um MACHO ALPHA não significa deixar de ser você mesmo ou se fazer passar por alguém que você não é.

Por que não? Em todos esses filmes quem constrói os personagens é um diretor de cinema, não um professor de sedução. O propósito do personagem ALPHA no filme não é seduzir ou te mostrar como conquistar mulheres. É bem provável que o diretor não tenha contato algum com a tema do qual tratamos aqui. Mas, com certeza, o diretor precisa capturar a essência de seu personagem. No caso, ele mostrar ao público um **homem de verdade, um herói, um líder**.

Por exemplo, se o personagem do BATMAM fosse diferente em certos aspectos, apresentasse em algum momento do filme

características como fraqueza de caráter, incerteza, subserviência, desonestidade, se desculpas ou buscassem a aprovação de alguém, o diretor da cena perceberia logo que esse Batman não transmitirá ao público o MODELO DE HOMEM E DE HERÓI, que o BATMAM deve ser. O diretor perceberá, ao assistir à cena, que o Batman, para ser um herói, não pode ser de outra forma que não um MACHO ALPHA.

Entende o que digo? Logo, se você não se sente à vontade para imitar as características de comportamento e linguagem corporal desses personagens, que foram construídos como verdadeiros MACHOS ALPHA, não será, por isso, mais autêntico, ou “*você mesmo*”. Estará apenas se comportando como menos ALPHA que a própria natureza te permite ser.

Como exemplo, observe o personagem de Clive Owen, em “Mandando bala”:

É uma verdadeira caricatura do Macho Alpha. O filme é cheio de clichês e exageros. Mas, tem muito a nos ensinar. É normal que no cinema o diretor exagere as características dos personagens para deixar claro o que se quer transmitir. Nesse filme, o diretor explicita bem as características do “herói”. Não deixando ambíguo o quanto ele é ALPHA:

- É protetor e preocupado com a saúde e com a vida dos mais fracos.
- Tem caráter e honra. Apesar de violento, é educado, tem sentimentos e valores morais. Veja como ele se irrita e censura um playboy rico e mal-educado, que dirige como se fosse o dono da rua e joga lixo pela janela do carro.
- Tem personalidade própria: Ele não bebe álcool e ainda por cima, come apenas cenouras.
- Não é sexualmente necessitado. Ao que tudo indica, ele perdeu a esposa e vaga sozinho pelas ruas. Mas, age como se tivesse sexo todos os dias.

- Não “cantou” a prostituta em nenhum momento, nem mesmo demonstrou interesse sexual por ela antes que ela o fizesse.
- A mulher é quem se esforça por ele. Está intrigada e quer conhecê-lo melhor. Apesar de terem tido contato anterior, ele sequer disse a ela seu verdadeiro nome.
- Ele possuem altos padrões morais. Não tolera babacas e covardes.
- Com exceção das coisas que ele não aceita, nada o deixa irritado.
- Não se explica, mas sabe admitir quando está errado. Quando se explica dá explicações curtas, bem curtas.
- Apesar de durão e violento, também é inteligente e “bom de cama”.

O bandido também é um MACHO ALPHA, mas não é atraente, por que não tem caráter.

FILMES:

- 1- 007.
- 2- O clube da luta (excelente).
- 3- Deixa a Deus a glória (Denzel Washington).
- 4- Guerra nas Estrelas.
- 5- Top Gun: Ases indomáveis.
- 6- 9 e ½ semanas de amor I e II.
- 7- Um bonde chamado desejo.
- 8- E o vento levou.
- 9- Orquídea selvagem.
- 10- O talentoso Ripley.
- 11- O Tao de Steve.
- 12- Alfie, o sedutor.
- 13- Hitch, o conselheiro amoroso.
- 14- Segundas intenções.

15- Magnólia.

16- Titanic (1997): Mostra o contraste entre personalidade e dinheiro. Deixa claro que dinheiro não resolve os problemas de homens sem personalidade. Jack e Rose vivem uma noite de aventura e muita emoção num mundo paralelo, a margem da riqueza. Observe as características de MACHO ALPHA do personagem Jack: Ele não é um idiota qualquer. Veja como suas habilidades pessoais e comunicativas o tornam um homem atraente.

SE PREPARANDO PARA A AÇÃO:

O JOGO começa antes mesmo de você sair de casa.

Aparência e atração: Sua aparência afeta drasticamente sua capacidade de gerar atração. O modo como você se apresenta para o mundo diz que tipo de mulheres você atrairá.

Vestimenta e estilo: Vamos chamar de *aparência* a todos os aspectos da sua apresentação pessoal sobre os quais você pode ter controle.

Independentemente de seu estilo, esteja sempre limpo e bem-vestido.

Jogo interno: Depois de se trajar adequadamente e definir bem seus objetivos, é importante se colocar mentalmente num estado positivo, pois a confiança é vital nesse jogo. O PLAYER com um *jogo interno* consistente consegue convencer a si mesmo e às pessoas aquilo em que ele acredita.

Mentalização: Mentalize as crenças abaixo TODOS OS DIAS antes de sair de casa. Elas favorecerão a tomada de atitude. Olhe-se no espelho e diga para si mesmo:

- Hoje eu vou encontrar uma garota que eu gosto.
- Ela vai se ligar em mim.

- Eu sou um homem atraente.
- Eu sei o que as mulheres querem.
- Eu vou ganhá-la, é só questão de tempo.
- Hoje eu vou me divertir.

Frames: CRENÇAS DO HOMEM QUE É “O PRÊMIO”

Escreva em tom afirmativo, como se já fosse verdade, aquilo que você gostaria de ser. O tipo de homem que você “É”, as qualidades que você “TEM”, como você “SABE” lidar com as mulheres e como elas “GOSTAM” de você. Por exemplo, se você acha que deveria ser mais confiante. Se acha que deveria se sentir mais à vontade quando próximo de mulheres muito atraentes, então escreva: “Veja como você fica cada vez mais calmo quando próximo de mulheres bonitas, e veja como, quanto mais bonita a mulher, mais calmo você fica”. Ainda, outras frases: “Veja como você sabe dar carinho às mulheres e como elas também são carinhosas com você”. Veja como elas ficam à vontade quando você está perto e como você sabe excitá-las com seu olhar e com seu toque”.

LUGARES E AMBIENTES: Onde encontrar mulheres? EM QUALQUER LUGAR. Não se limite a nenhum ambiente, lugar ou hora do dia. Você deve estar sempre preparado para, a qualquer momento, iniciar uma conversa com uma mulher que te agradou.

Uma boa razão para você estar pronto a conquistar mulheres a qualquer momento e em qualquer lugar é que, as mulheres são mais receptivas em ambientes que não são tradicionalmente de paquera. Relacionamentos que se iniciam em situações inusitadas tem maiores chances de prosperar.

Mas, existem os lugares que são ricos em alvos, porque concentram uma grande quantidade de mulheres. Assim, ainda que seja pouco provável que você vá encontrar a mulher da sua

vida numa boate ou festa de rodeio, são ótimos lugares para você treinar seu jogo.

Enquanto conversa, seja firme e assertivo em seus pontos de vista e colocações.

Desenvolva crenças positivas sobre si mesmo, sobre o mundo e sobre as pessoas: “Vou estar mais relaxado quanto mais bonita for a mulher.

Quando sair, não beba ou beba pouco. Melhor que seja apenas 1 drink.

Organize seu dia reservando horários ou criando oportunidades para conhecer mulheres bonitas e interessantes.

INÍCIO DA PARTE TÁTICA DO JOGO

CAPÍTULO 1 – SELECIONE O ALVO

Antes de ir à caça, para qualquer propósito que seja, quer seja para apenas uma noite de sexo ou para um relacionamento de longo prazo, você deve definir bem o seu ALVO e o seu OBJETIVO. Ou seja: ***O que e com quem***. Afinal quem não sabe o que procura, não saberá se encontrou.

DEFININDO OS ALVOS E OS OBJETIVOS:

1) O QUÊ você está procurando? Não perca seu tempo. Se está certo de que uma mulher não é um ALVO, ela está fora. Saia fora. Se gosta de conversar e interagir, vá conversar e interagir com seus ALVOS. Você não tem mesmo tempo para todo o mundo.

2) Defina o perfil das mulheres que você quer para sua vida: Bonita interessante e bem-sucedida. Liste as qualidades que você aprecia em uma mulher e dê preferência a situações e lugares onde encontrar esse tipo de mulher seja mais provável.

3) Evite situações e ambientes onde seja pequena a probabilidade de encontrar seu tipo de mulher. Alguns lugares e situações podem indiretamente te levar a conhecer mulheres como as que você procura.

4) Se você tem a opção de sair com mulheres diferentes, dê preferência sempre para aquelas com o perfil mais próximo do seu ideal.

5) Quando receber um convite, avalie qual a probabilidade de que você vá encontrar ali mulheres interessantes. Se você concluir que a probabilidade é muito baixa, não vá. Gaste esse tempo e seu dinheiro de outra forma mais produtiva. Descanse, estude, converse com seus pais ou visite alguém importante na sua vida. Guarde seus recursos e sua energia para os momentos decisivos.

TIPOS DE MULHERES: Perfil da mulher e coisas que um homem não pode aceitar.

CLASSIFICANDO AS MULHERES PELA BELEZA:

HB 0-10: Pode parecer cruel usar um escore de 0 a 10 para classificar as mulheres, mais não é. Isso apenas revela um fato: Os homens sempre consideram a beleza como primeiro critério para definir uma mulher como ALVO ou não. No entanto, essa não é para o PUA a maior utilidade dos escores de beleza.

Mulheres de escores de beleza muito diferentes, se comportam completamente diferente e exigem estratégias e técnicas muito diferentes. Enquadrar o ALVO em uma faixa de beleza ajuda o PUA a “calibrar” o seu JOGO. “Calibrar o JOGO” é fazer uso das técnicas em qualidade e quantidade adequada ao nível de dificuldade do ALVO.

É muito importante adequar seu JOGO ao escore de beleza do ALVO. Há 3 possibilidades de ação que dependem do nível de beleza do ALVO em relação ao nível do PUA:

- 1) Alvo HB-10: Uso de mais Negs.
- 2) Alvo HB-5: Desnecessário muitos Negs.
- 3) Alvo HB-3: Possibilidade de Xequemate.

Escore de beleza aparente e autopercepção feminina: O escore de beleza que o PUA eventualmente atribui ao ALVO

pode não coincidir com o escore de beleza que o próprio ALVO atribui internamente a si mesma. Considero essa afirmação, embora um tanto abstrata, muito importante de se analisar. Porque a avaliação prévia que o PUA faz do escore de beleza do ALVO pode afetar muito o seu estado de confiança.

Temos a tendência de, à primeira vista, superestimar o escore de beleza do ALVO. Essa superestimação inicial do escore de beleza do ALVO pode levar o PUA iniciante a ver certas mulheres como inatingíveis.

A ***autopercepção***, ou ***autoimagem***, é o nível de pessoa que alguém considera ser, em termos de beleza, riqueza e inteligência. Um fato psicológico sobre a autopercepção é que: *A maioria esmagadora das mulheres são inseguras em relação a sua beleza.*

Quantos defeitos você tem, físicos e mentais, que mesmo seus pais, irmãos e amigos mais próximos desconhecem? Se isso é verdade para você, porque temos a tendência de ver as mulheres lindas e interessantes como seres perfeitos? Pois, não são. Se você as penetrar com o olhar, por alguns segundos, terão a sensação de que você quase lhes pode enxergar a alma e aos defeitos. Ainda que se comportem como sendo perfeitas, se sentirão intimidadas ou desafiadas se você, de modo indireto, conseguir questionar essa aparente *perfeição*.

Ter em mente que uma HB10, que parece aos seus olhos perfeita, possui, por ao certo, muitos defeitos, tanto físicos quanto de personalidade, é a ideia mais adequada. Pois, te situa no mundo real, te impedindo de idealizar as mulheres e, ao mesmo tempo, se ver como inferior a elas.

“Pare de idealizar as mulheres e os relacionamentos”.

Para um verdadeiro PUA não existe mulher inatingível, ou mesmo difícil.

Lembre-se que: *Um MACHO ALPHA tem a firme convicção de que toda e qualquer mulher do mundo o deseja, mas que só*

dormirão com ele as que estiverem à altura de seus padrões e expectativas.

Assim, após selecionar o alvo pela impressão visual, sua atitude mental deve ser a de alguém que duvida que ela esteja à altura de seus padrões e de suas expectativas.

Conheça ao menos 2 mulheres diferentes toda semana:
Ser bem-sucedido na conquista também é questão de números: Por motivos diversos, apenas uma, dentre cada dez mulheres no mundo, será classificada por você como um bom ALVO ou será adequada para um relacionamento de longo prazo. Dentre as 9 demais mulheres, umas já estão casadas, outras, são muito jovens, ou são muito velhas, são gordas, magras, altas demais ou baixas demais, e assim por diante. Religião, cultura, inteligência e classe social muito divergente da sua, são alguns outros fatores que ampliam a probabilidade de desencontros e desentendimentos, mesmo quando tudo começa bem. Por isso, é muito importante que você esteja sempre “trabalhando”, um bom número de ALVOS, enquanto, regularmente, encontra novas possibilidades.

É comum que homens que levam uma vida rotineira e socialmente regrada passem anos sem fazer novos contatos. Por fim, já velhos e sem alternativas, “*escolhem*” se juntar à única mulher que conheceram na vida, ou a única com tenham alguma intimidade. É muito comum que muitos homens acabem “*promovendo*” à condição de esposa uma amante de longa data, não porque se apaixonaram por ela. Mas, porque “*não encontraram nada melhor*”.

Muitos, apesar de optarem por estreitar o relacionamento com a antiga amante, continuam à procura da mulher dos seus sonhos, resultando, muitas vezes, na infelicidade conjugal e no desgaste da relação familiar.

Nada contra nenhum relacionamento que se iniciou e se estabeleceu assim. Não há nada que impeça uma união que se

iniciou desse modo de resultar numa família linda e feliz.

Mas, é de se concordar que seria melhor que, tanto o homem quanto a mulher, tivessem uma vida social e afetiva incrementada o bastante para que pudessem escolher, dentre alguns propensos parceiros, aquele ou aquela com perspectiva para um relacionamento mais satisfatório.

O poder da objetividade: Seja objetivo. Antes de sair de casa deixe bem claro para si mesmo que seu propósito é pegar mulheres, não beber ou dançar. Objetivos claros tem o poder de te direcionar à conquista de bons resultados.

Observador ou observado: *Tão logo entre na VENUÊ, entre em ação.* Enquanto se desenrolam os acontecimentos, há muitas pessoas na cena. Alguns são atores, outros apenas plateia. E você? Vai ser um ***observador*** ou um ***observado***? Enquanto não localizar um ALVO, cumprimente e converse com qualquer pessoa. Após localizar um ALVO, você deve seguir a *Regra dos 3 Segundos*.

TÉCNICAS E DICAS APLICÁVEIS AS 11 FAZES DO JOGO:

INDICADORES DE INTERESSE – IOS: São indícios de que a mulher pretende que o PUA se aproxime. Durante o JOGO, 3 destes marcam o momento a partir do qual o PUA pode demonstrar interesse por ela.

- Se o contato visual acontecer, ela mantém olhos nos olhos por alguns segundos. *Obs: Nunca desvie o olhar antes dela.*
- Ela dá risadas quando conversa com você.
- Ela reinicia a conversa quando você para de falar.
- Ela tenta criar RAPPORT e CONFORTO com você.

- Escaneamento vertical: ela te olha no rosto e desce os olhos para ver seu corpo.
- Ela mexe nos cabelos ou os joga de lado.
- Enquanto conversa com as amigas, ela se vira para ver se você está observando.
- Ela muda seu comportamento quando você chega ou quando te avista se aproximando. Ela começa a se mover, se torna mais alegre, comunicativa ou eufórica com as pessoas da mesa ou do grupo.
- Ela toca você.
- Se ela estiver a distância e de costas, se vira em ângulo e te olha repetidas vezes.
- Ela joga os cabelos e observa se você viu.
- Ela sorri para você.
- Ela se mantém próxima, mesmo havendo espaço para ela se afastar.
- Ela está ouvindo sua conversa nas proximidades e sorri de algo que você disse, ou dá um palpite.
- Enquanto passa andando, ela vira o corpo em sua direção ou esbarra em você.
- Ela diz alguma coisa para o amigo ou amiga dela e ambos riem.
- Ela pede a você um isqueiro ou pergunta pelas horas, ou inicia uma conversa sob qualquer pretexto.
- Ela pergunta seu nome.
- Ela pergunta sua idade.
- Ela te faz um elogio.
- Ela age de forma extrovertida e tenta te desafiar.
- Ela discorda de você, mas com humor e brincadeiras.
- Ela toca você enquanto dá risadas.
- Ela te chama por apelidos.

- Ela brinca com os próprios cabelos enquanto conversa contigo.
- Quando se senta próximo de você as pernas dela te tocam.
- Ela toca você repetidamente e de muitas maneiras.
- Ela te pergunta se você tem namorada.
- Ela menciona que você tem namorada, sem saber de fato se você tem.
- Ela diz que vai ao banheiro. Vai, mas volta.
- Ela mantém contato visual por longos períodos quando conversa com você.
- Ela evite falar do namorado, caso tenha um.
- Se você menciona que gosta de algo, ela diz que também gosta ou que gostaria de conhecer.
- Quando ela diz ou faz alguma coisa no grupo, ela observa se você está ouvindo ou vendo.
- Ela te olha lateralmente, para que você não perceba que ela está te observando.
- Te apresenta para os amigos dela.
- Ela te paga um drink, te serve, ou providencia algo para você comer ou beber.
- Ela te acusa de ser “safado”, “pegador” te acusa de não querer nada sério com as mulheres.
- Ela te avisa quando está indo embora. Aproveite e, se ainda não pegou, pegue uma forma de contato com ela.
- Quando ela está indo embora, pergunta a você onde você está indo ou o que vai fazer depois.
- Ela retorna suas ligações.
- Ela inventa “desculpas” para te ligar, para estar perto de você ou para se isolar dos outros.

INDICADORES DE INTERESSE PASSIVOS OU INDIRETOS:

- A amiga dela vai ao banheiro, mas ela fica.
- Os amigos dela vão ao bar ou dançar, mas ela fica.
- Ela espera por você se você vai ao banheiro.
- Ela não arreda ou se afasta se você se aproxima mais.
- Ela não apresenta resistência quando você avança fisicamente, ou apenas se mostra preocupada em que você a considere “muito fácil”.

INDICADORES DE DESINTERES – IDS:

Estratégias que as mulheres usam para evitar aproximações excessivas ou para interromper sua abordagem. Ou seja, formas de manifestação do escudo protetor, ou do ASD:

- Está solteira, mas usando um anel de compromisso ou um anel qualquer.
- Diz que tem um namorado.
- Cerca a si mesma de amigos e amigas.
- Mostra desinteresse.
- Nega-se a manter contato visual.
- Senta-se num lugar de difícil acesso, onde é difícil se aproximar dela.
- Sendo grossa, vulgar e usando insultos.
- Usando linguagem corporal negativa, fechada.
- Sendo infantil, brincalhona e só querendo dançar.
- Você diz o seu nome, mas ela não diz o dela.

DICAS — ESTRATÉGIAS CONVERSACIONAIS:

- ***Nunca responda perguntas de forma direta.*** Responda devolvendo uma pergunta, contando uma história, contando uma piada, mostrando uma foto ou vídeo ou, até mesmo, não responda. *Só responda diretamente quando ela te pedir algo e sua resposta for NÃO.*
- ***O que quer que você diga, NUNCA diga isso duas vezes.*** Treine isso com qualquer pessoa. Se a mulher ou quem quer que seja, não entendeu o que você disse e perguntar “O que?”, NUNCA diga novamente a mesma coisa. *Repita o que você disse, mas com outras palavras.* Não importa quanta vezes ela pergunte a mesma coisa, dê sempre uma resposta diferente a cada vez.
- Se, acontecer o contato visual antes do approach, NUNCA desvie seu olhar antes dela. Isso é um teste de poder. Mantenha o contato visual até que ela desvie. Se ela sustentar o contato visual por mais de 3 segundos, se aproxime e use seu OPNER. Se você desviar o olhar primeiro, você a perde.

APPROACH - Aproximação: Para treinar bem o seu OPNER em festas e ambientes com muita gente, transite de um grupo a outro abrindo conversas ou se infiltrando em um grupo e assumindo a condução da conversa.

CAPÍTULO 2 – SE APROXIME E ABRA

OPNER: Tecnicamente, qualquer primeira coisa que você diga a uma pessoa é um OPNER. O objetivo de um OPNER é *engajar* numa conversa o ALVO e/ou os OBSTÁCULOS.

Antes de um OPNER, pode ser necessário um INTRUDER. Um INTRUDER é uma expressão de chamamento, que tem por objetivo ganhar a atenção do ALVO, antes de se abrir a conversa.

As pessoas vivem absortas em suas mentes com suas próprias preocupações. Esse estado de absorção em que todos vivem se chama BOLHA PESSOAL.

Para que o seu OPNER chegue ao seu destino, você precisa primeiro ganhar a atenção da pessoa. INTRUDERS são essas EXPRESSÕES DE CHAMAMENTO, simples e cordiais, que tem por objetivo ganhar permissão para que você entre na bolha pessoal do ALVO. Para que o ALVO se desligue um instante do que estiver pensando e preste atenção em você. Exemplos:

- Hey!
- Desculpe-me! Só uma pergunta.
- Você!
- Por favor!
- Um minuto, por favor!

Em certos casos, o INTRUDER pode não ser necessário ou pode não ser oral. Pode ser apenas um simples gesto, um sorriso ou um olhar. Se em uma VENUE o ALVO sinalizar que já

notou sua presença, não é necessário um INTRUDER oral, visto que a finalidade desse é chamar a atenção. Se você se conectou ao ALVO com um olhar ou com um sorriso, já pode se aproximar e introduzir o OPNER.

Mas, não desconsidere a função dos INTRUDERS, pois o OPNER só deve ser iniciado quando se tiver certeza de que o ALVO está prestando atenção.

É oportuno relembrar aqui uma regra que vale para todo o momento da interação. É um modo de comunicar poder em suas relações: *Não se incline para ouvir o que a mulher diz, mesmo em lugares barulhentos, e nunca pergunte o que ela disse quando você não entendeu ou não ouviu.*

Dito isso, eu vou pela máxima: **“O jogo não pode ser jogado onde você não pode ser visto nem ouvido”**. Embora tal máxima não seja incontestável, evite lugares escuros e barulhentos.

Frase “gancho”: Usada como um INTRUDER, ou usada com este, para despertar curiosidade no que você vai dizer ou fazer, para provocar ou desafiar. Exemplo: *“Você não acredita o que me aconteceu”*. *“Sabe o que eu estava pensando?”* *“Sabe o que eu estava reparando?”* *“Você tinha que ver o que acabou de acontecer lá fora!”* *“Aposto que você não sabe”*.

ROTINA DE TREINO: **“O jogo é jogado no campo”**. Como qualquer outra habilidade, desenvolver se na arte do PUA exige treino. Estabeleça a seguinte meta: ***Saia de casa por 3 meses, 3 vezes por semana, 3 horas por dia e se aproxime de 3 mulheres por hora.***

Escudo protetor: “Bitch Shield” — É um tipo de programação social. É uma reação **automática e instintiva** que a mulher apresenta, principalmente em público diante de abordagens masculinas. O *Bitch Shield* a impede de reagir favoravelmente a “cantadas” e elogios pelo medo de que isso possa manchar sua reputação.

Parece antiquado imaginar que isso ainda exista em tempos de tamanha liberação sexual. *Socialmente*, na cabeça das mulheres, não lhes é “*autorizado*” demonstrar interesse direto em um homem, ou a se aproximar de homens explicitamente, como nós homens temos a liberdade de o fazer.

O Escudo protetor está ligado também a uma ***aquisição evolutiva***: A mulher é orientada instintivamente a encontrar o “melhor macho”, o MACHO ALPHA. O que lhe garanta os filhos mais saudáveis, o sustento e a proteção dela e de sua prole.

Na espécie humana, como em muitas outras espécies do mundo animal, o sustento e a proteção da prole exigem atenção diária por um longo período, no qual a mulher e sua cria estarão bastante vulneráveis, exigindo proximidade e atenção total do homem.

Em outras palavras, a mulher, para consolidar o objetivo de todo ser vivo de sobreviver e se perpetuar, precisará encontrar um homem que tenha ***constância***. *Por constância aqui se entenda firmeza de propósito, firmeza de caráter e estabilidade emocional, características do MACHO ALPHA.*

Com base nesse instinto, o ESCUDO PROTETOR leva a mulher a ignorar homens que sinalizam, muito cedo, interesse sexual por ela. Porque há menores chances de que um interesse repentino seja autêntico, que seja um interesse genuíno por ela e por sua futura prole, e não apenas um *interesse sexual momentâneo, que pode desaparecer após o homem satisfazer sua necessidade ou após descobrir que ela não era tudo aquilo que ele imaginou.*

Ainda, a mulher ignora abordagens que sinalizam interesse sexual repentino por que ela sabe, intuitivamente, que há poucas chances de que um homem que se oferece de pronto a uma mulher que ele sequer conhece seja um homem, sábio, constante e de ***alto valor***. Mesmo que se agrade dele à primeira vista, ela terá que testá-lo para se certificar disso.

Quando o homem comunica interesse muito cedo no JOGO, duas ideias despontam automaticamente na cabeça da mulher: *Que ela poderia ter qualquer outro homem igual a esse ou que esse homem poderá trocá-la, a qualquer momento, por qualquer outra mulher igual a ela.* E isso não é nada bom!

Como não acionar o ESCUDO PROTETOR? A melhor forma é ***não mostrar interesse cedo demais*** ou principiar o jogo mostrando ***desinteresse ativo***. Uma mulher não pode se armar contra alguém que ela sequer imagina que a esteja seduzindo. Ou melhor, que demonstre sequer ter gostado dela.

Mas, como seduzir uma mulher assim, demonstrando que não gostou dela? *Fazendo parecer que ela não está à altura de seus padrões e ENGAJANDO-A num processo de se QUALIFICAR para você.*

Vamos pensar um pouco sobre isso: Você recomendaria a uma mulher confiar sua segurança e o futuro dos seus filhos ao primeiro homem que encontrasse na rua? Não seria melhor que ela primeiro o conhecesse bem?

Todos sabemos de relacionamentos que terminaram em mágoas e tragédias familiares porque o casal precipitou e se envolver mais profundamente antes de se conhecerem melhor. Se uma mulher deve saber disso, porque você como homem não deveria? Porque você deveria declarar amor eterno a uma mulher que acabou de encontrar na rua, simplesmente por que gostou de sua aparência?

Essa é uma poderosa linha de abordagem, que eu particularmente uso, e que é muito efetiva para convencer a mulher a entrar no jogo de se qualificar para você. Essa abordagem é poderosa porque é uma ideia que as mulheres entendem muito facilmente, porque a necessidade de desconfiar dos homens e testá-los, para selecionar o melhor, é algo instintivo nelas.

Lembre-se: *Você deve pensar e agir da mesma forma que uma mulher linda e interessante pensa e age.* Se você conduz o JOGO de modo a deixar implícita a convicção de que a achou atraente, mas precisa checar melhor se ela está “***à altura dos seus padrões e expectativas***”, será entendido por ela como um homem sincero e de alto valor pessoal. Estará comunicando, indiretamente, que você é LINDO e INTERESSANTE, tanto quanto ela. Ótimo negócio!

“REGRA DOS 3 SEGUNDOS”: *A partir do momento que avistar o ALVO, você tem 3 SEGUNDOS para agir, usar um INTRUDER ou um OPNER.*

Seguir essa regra é FUNDAMENTAL. Se decorrido mais que esse tempo, seu cérebro começará a racionalizar sua ação a partir de seus medos e inseguranças e encontrará motivos imaginários para que você desista. Nesse mesmo tempo, se o seu ALVO perceber que está sendo observada, armará, imediatamente, o BITCH SHIELD e seu JOGO estará perdido.

NEGS + HUMOR e Coque and Funny: São as técnicas chaves para o PUA passar ileso pelo ESCUDO PROTETOR, se introduzir na conversa como sendo O PRÊMIO e engajar o ALVO no processo de tentar se QUALIFICAR para ele. Vamos tratar mais disso nos capítulos seguintes.

Approach Guidelines (Linhas de aproximação):

O melhor caminho é abrir SETS, ou grupos, que já estão nas proximidades. Assim, você não precisa se deslocar até eles. Apenas vire sua cabeça e abra o SET falando por cima do próprio ombro.

Se para se aproximar de um set você precisar se deslocar até perto o suficiente para abri-lo, se aproxime num ângulo de 45 graus. Ande muito calmamente e confortavelmente, como se você estivesse no seu próprio mundo. Não deixe claro que você está indo diretamente ao grupo, indo diretamente por trás

delas, como se estivesse indo a caça de um ALVO, embora seja exatamente isso o que está fazendo.

Se mova de modo circular, não em linha reta, e com movimentos naturais. Sua trajetória não pode ser direta até o grupo. Você deve preferencialmente –contornar– para perto deles e, após, retornar pela mesma trajetória.

Enquanto você caminha desse modo e chega mais perto do grupo, você então o “observa” com o canto do seu olho e, então, você, “espontaneamente”, pensa em abri-lo. É aí que você então vira sua cabeça, naturalmente, e abre o grupo por cima do seu ombro.

Para desarmar qualquer suspeita, use pistas falsas de tempo e *body rocking*. É muito fácil não deixar suspeitas de interesse sexual quando você está despreocupado e tranquilo.

Não vire seu corpo diretamente em direção ao grupo antes delas se virarem em direção a você. Se você procurar RAPPORT com o grupo antes delas merecerem, seu valor social cairá e você poderá ser rejeitado. Saiba como a noção que o grupo tem de seu VALOR PESSOAL é afetada por sua LINGUAGEM CORPORAL quando se comunica.

Depois do *desinteresse ativo*, um das chaves para a aproximação é a capacidade de entreter e envolver as pessoas em algum jogo lúdico. Mostre o brilho do seu entusiasmo na interação. Use o humor, curiosidade, intriga, histórias e diversão para esquentar o clima. Lembre-se, se você não desenvolver e utilizar apropriadamente ao menos 2 ou 3 rotinas para DEMONSTRAÇÃO DE VALOR, você será apenas mais um cara que está ali apenas para conseguir algo.

O seu nível de energia, seu entusiasmo, ou sua personalidade deve estar calibrado para ser alto o suficiente para envolver o set, mas sem assustar.

É importante adequar seu nível de energia, porque você assustará o set se for muito enérgico. Após se aproximar e abrir

dezenas de sets, você fará isso intuitivamente.

“Como vocês se conheceram?”: Pergunta adequada para se checar se há alguém no grupo comprometido ou com pretensões, românticas ou sexuais sobre o seu ALVO. Conhecendo a teia de inter-relações, o PUA se qualifica para neutralizar os obstáculos, ou mesmo para decidir se abandona o SARGE.

Passar adiante: Um erro comum aos iniciantes é ficar preso ao opner por mais tempo que o necessário, perdendo o TIME de passar a FASE seguinte, deixando se desviar do OPNER para conversas banais que derivaram deste. Não se apegue ao opner — apenas tenha o controle da conversa e pratique passar adiante para o seu próximo pedaço de material.

Humor: Uma excelente forma de tornar seus OPNER mais efetivos é combiná-los com HUMOR. Muitas vezes o objetivo do OPNER é apenas “quebrar o gelo”, e nada melhor para isso que o HUMOR. Por HUMOR aqui me refiro a uma brincadeira, uma piada, um trocadilho. Qualquer coisa capaz de fazer a mulher rir. O HUMOR é umas das maiores armas do PUA.

Ser **bem-humorado** e **ser engraçado** é bem diferente de *ser palhaço* ou *bobo*. *Nunca faça HUMOR com temas ou de formas que lhe subtraiam seu valor pessoal*. Tenha sempre em mente o que você quer comunicar. Não tente atrair a atenção de mulheres ou de um grupo fazendo coisas bizarras, como comer besouros, fazer caretas, falando de loucuras ilegais com automóveis, com uso de substâncias nocivas ou mesmo com piadas cujo conteúdo possa chocar pessoas religiosas, por exemplo.

Usando o HUMOR corretamente, você pode falar bem de si mesmo sem parecer arrogante. Você pode desqualificar a mulher, ou desafiá-la a provar seu valor sem parecer petulante ou inconveniente.

Com o tom correto você pode dizer TUDO o que quiser, e isso será interpretado como brincadeira. O PUA bem-humorado consegue desarmar defesas facilmente, transmite segurança e engaja as pessoas na conversa com muito mais facilidade.

Abaixo darei exemplos de como utilizar o HUMOR para aplicar as técnicas que potencializarão o máximo seu OPNER.

Falsa restrição de tempo: Frases e linguagem corporal que o PUA usa para insinuar que não interromperá o grupo por muito tempo, que só está de passagem.

O PUA, simula que está apenas de passagem, que tem que voltar rápido a seus amigos ou que já está de saída.

A *falsa restrição de tempo* evita o desconforto que pode surgir quando um grupo imagina que alguém irá se infiltrar ali por muito tempo e interromper, de modo desagradável, uma reunião de amigos.

A falsa restrição de tempo pode ser oral: “Meus amigos estão me esperando...”. “Estou com um pouco de pressa, mas antes, vou pedir uma opinião a vocês...”.

Note que o FRAME, o que está subentendido no uso da falsa restrição de tempo, é que o PUA não ficará por muito tempo, não porque pense que o grupo não deseje, mas porque *O PUA* é quem não tem tempo, não está disponível, por que há pessoas requisitando sua presença.

ATENÇÃO: Expressões educadas, tradicionalmente usadas para aproximação, como: “Posso ter um minuto de sua atenção”; “Não vou te incomodar, mas...”; “Um minuto, por favor”; “Gostaria de falar só uma coisa...” não devem ser usadas, por são DLVS, indicam baixo valor pessoal. São pessoas comuns que buscam a atenção e o tempo das pessoas mais importantes. Mas, famosos, intelectuais, políticos etc, não. Logo, se o PUA pedir permissão para tomar o tempo do ALVO,

comunicará que tem menor valor social que o ALVO. Péssimo negócio!

TIPOS DE OPNERS: A separação dos OPNERS por tipo é puramente didática. Porque não é necessário que um OPNER seja puro. Um OPNER pode conter elementos de vários outros tipos. Não se preocupe com essa distinção. Eu, pessoalmente, gosto de usar os OPNERS tipo **brincadeira** combinados com OPNERS tipo **insulto**. Sempre uso OPNERS combinados ao meu livre arbítrio. Sempre observo o ambiente e o contexto à procura de um bom pretexto, do melhor OPNER para iniciar uma conversa. A procura de um OPNER SITUACIONAL.

Lembre-se: Para um OPNER ser efetivo, o mais importante é que ele crie abertura para que a conversa prossiga. Logo, além de ser original e diferenciado, seu OPNER deve vir seguido por algumas PERGUNTAS ABERTAS, para que a conversa prossiga.

Como já disse, a recomendação é que você selecione dois ou três OPNERS mais adequados ao seu estilo de personalidade e se acostume a usá-los.

Em geral, dois ou três OPNERS e duas ou três rotinas, quando bem treinadas, são suficientes para abrir e conduzir seu jogo de forma enormemente diferenciada dos demais caras.

- **OPNER TIPO ELOGIO:**

É o tipo mais antigo e o mais comum. E nisso é que reside sua maior fraqueza. Mas, pode ser muito efetivo se usado corretamente.

Sabemos que as mulheres adoram elogios. No entanto, embora para os homens basta que uma mulher seja bonita para que já a consideremos adequada para um namoro, as próprias mulheres não consideram esse critério legítimo. Porque, para elas, a beleza é um critério secundário na escolha de homens.

Relembrando, não é nada bom que ela saiba que você a escolheu apenas pela beleza.

Então, o que ter em mente ao se usar esse tipo de opner: Não usar elogios ligados à aparência, ao corpo ou à roupa. Mulheres ouvem elogios desse tipo o tempo todo. Por isso, já aprenderam a ignorá-los. Elogios ligados à beleza e à aparência telegrafam interesse sexual logo no princípio do jogo. Isso não é bom! É verdade que a mulher pode inferir que haja interesse de sua parte por qualquer mínima observação que você faça dela. Mas, há uma grande diferença entre suposição e certeza.

Para ser efetivo, o OPNER TIPO ELOGIO precisa ser dado em tom sincero, ser original e se basear na observação de detalhes mais sutis e pouco óbvios. Uma boa opção são os elogios à características de personalidade e comportamento. A linguagem corporal e o estilo da mulher revelam muitos desses aspectos.

Exemplos: “Ei, estava observando como você anda bem de salto alto. Quantos centímetros tem? Vejo mulheres que são tão desengonçadas com isso. Acho que andar de salto alto é uma arte perdida. Você frequentou alguma escola de charme?...”. “Ei estava observando você de pé. Sua postura revela muita confiança. Você parece uma mulher muito poderosa. Parece executiva de alguma grande empresa. Estou certo?”.

OPNER TIPO DRAMA: Mulheres adoram drama, principalmente os que se desenrolam em torno de relacionamentos amorosos. Por isso, histórias e casos de amores mal resolvidos, e injustiças que você por ventura tenha sofrido de alguma mulher “louca” podem engajar muitas mulheres em uma boa conversa. O opner tipo drama exige certa habilidade em Storytelling. O OPNER TIPO DRAMA exige uma “**Frase gancho**”. Exemplo: Se aproxime ...”já pensou como você agiria se alguém que você ama lhe pedisse para abrir mão de todo o seu passado? Vou lhe contar.... Imagine que comecei a namorar

uma garota e íamos muito bem até que ela encontrou meus álbuns de fotos antigas, e como eu tinha fotos com algumas de minhas ex-namoradas, exigiu que eu as queimasse todas. Acha que eu devia ter aceitado isso?”

“Pessoal, vocês não acreditam no que acaba de acontecer lá fora, na saída da faculdade.... Um casal estava namorando dentro de um carro. Os dois estavam pelados. Quando, de repente, o carro começou a pegar fogo. A garota, nua, se apavorou, começou a gritar desesperada, e o cara, o cara fugiu. Saiu correndo pelado pela rua. Um monte de estudantes cercou o carro. Mas, sabe o que começaram a fazer? Começaram a tirar fotos! A moça nua lá dentro, correndo risco de vida e os estudantes só pensavam em tirar fotos. Tia gente tirando até selfie. Eu não podia ficar olhando aquilo. Então, vi um restaurante próximo. Fui lá, roubei um forro de mesa e cobri a moça para ela poder sair. Vocês deviam ter visto. Mas, não tem problema se vocês não viram porque eu também tirei muitas fotos! “. Este opner é DRAMA + BRINCADEIRA.

OPNER TIPO INSULTO: Combina um NEG + BRINCADEIRA. Censure-a ou a advirta por alguma má atitude, falta de classe ou mau comportamento. “Hey, você! O que está pensando que eu sou? Não adianta despistar. Eu vi o jeito que você me olhou. Me olhou de cima embaixo, como seu eu fosse só um pedaço de carne. E isso que pensa dos homens?”.

Se aproxime de uma garota mexendo no celular: “Ei, você é chata em! ... Mal lhe dei meu número e já vai me mandar mensagem?!”.

Se uma mulher esbarra em você, mesmo em um lugar lotado: “Ei, de graça não: São R\$ 10,00”... “Tirando casquinha?! ...”.

OPNER TIPO BRINCADEIRA: O opner tipo brincadeira tem por objetivo principal extrair do ALVO um **sorriso ou gargalhada**. Como já disse, o HUMOR é uma excelente arma: “Quebrar o gelo”. Uma boa risada desarma os circuitos lógicos

da mulher, passa conforto e confiança instantaneamente. Eu gosto de combinar um *opner tipo elogio* com um NEG em seguida. O *opner tipo insulto* eu gosto de combinar com um *opner tipo brincadeira*, fazendo o DELIVERY sempre com bom *humor*.

Pode se considerar que um OPNER TIPO ELOGIO + NEG = BRINCADEIRA:

ELOGIO + NEG: **Exemplos:** “Nossa... seus olhos são lindos! Principalmente o direito”. “Nossa... seus olhos são lindos! São lentes?”. “Gostei da blusa, tem uma garota com uma igualzinha lá fora”.

Lembre-se: um NEG não é um insulto, mas sim uma insinuação. Um questionamento, como uma pergunta ou um desafio, que traz implícito a dúvida, que põe em questão o real valor pessoal, o caráter ou a beleza do ALVO.

OPNER TIPO PEDIR OPINIÃO: É bastante efetivo, pois as pessoas adoram ajudar. Adoram se sentir úteis. Mulheres adoram auxiliar homens solteiros em coisas do lar. Dar palpites sobre casa, cozinha, decoração e sobre relacionamentos. Se aproxime de mulheres em lojas e shoppings: “Ei, preciso de uma opinião sua: Que presente compro para minha irmã? É aniversário dela. Ela é bem jovem e extrovertida; gosta de festas estilo anos 80 e MPB. Acho que ela tem o seu corpo. Até se parece um pouco com você...” “Hey-. Preciso de uma dica sua.... Eu e uns amigos vamos promover uma festa na região e precisamos de sugestão de nomes. Qual desses nomes você acha fará mais sucesso? ... “Festa da nuvem? “Festa do banheiro molhado? Festa do coqueiro?”. HB-10: Mas, nem sei o que significam esses nomes ...”

OPNER TIPO OPINIÃO + BRINCADEIRA: “Ei, por favor, que shampoo você usa? Quero que meu cabelo fique igual ao seu!”.

OPNER SITUACIONAL: Situacional é o opner que resulta de observação do ambiente e do momento. É um dos mais usados e dos mais efetivos, pois, se aplicado no momento certo, soa

muito natural. Exige atenção aos acontecimentos e aos aspectos visuais do alvo e ao contexto psicológico da interação. Tudo que pode ser observado ou deduzido de uma cena, pode ser tema para um OPNER SITUACIONAL. Simplesmente, observe um fato ao seu redor e comente isso. Cuidado deve ser tomado para não se passar por intrometido ao se dar comentários sobre situações muito pessoais. Também evite se expressar com queixas, reclamações ou com observações de cunho negativo. Exemplo: Em um lugar lotado, uma HB tromba em você, lhe acerta com os cotovelos ou lhe pisa no pé. Você pode aproveitar o fato para engajá-la: “Você reage encenando que ela te feriu gravemente. Você se curva, serra os olhos e agoniza. Espere que ela se lamente, peça desculpas ou que note sua “dor”. Quando ela chegar você a olha e diz: “É melhor você ter um bom advogado. Porque isso não vai ficar assim! “. Então dê um sorriso e se apresente. Não pergunte o nome dela. Se ela disser o nome, você já tem um IOI.

OPNERS PRONTOS: É fundamental que o PUA escolha e treine bem o DELIVERY de 1 ou 2 OPNERS de sua preferência. Escolha dois OPNERS mais versáteis, adequados ao seu estilo pessoal, e use os em qualquer ALVO.

A prática mostra que, o treino de 2 OPNERS, combinados com 1 ou 2 DHVs e alguns NEGs são suficientes para diferenciar enormemente o PUA de outros fracassados com as mulheres. Com o tempo, o PUA ganha naturalidade no DELIVERY e sensibilidade para adequar o ***material enlatado*** a contextos e ALVOS diversos, tornando a arte da conquista uma ação instintiva.

APROXIMAÇÃO

Escudo protetor automático: As reações da mulher a sua aproximação são instintivas e automáticas. Se elas não estão reagindo favoravelmente a suas abordagens é porque você não está comunicando as coisas certas e, então, o escudo protetor é acionado. Com a abordagem correta você obterá as reações que deseja.

A arte de não a escolher: Não emitir nenhum IOI antes que a mulher emita ao menos 3 IOI. Se a mulher não emitiu ainda, se bem conduzido o SARGE, ela emitirá ao término da FASE 3 — DEMONSTRAÇÃO DE VALOR.

Dica: *Caso aconteça de você ter que se declarar interessado ou não na mulher, caso ela ou alguém pergunte, antecipe-se a dizer que você e a mulher são, ou serão, bons amigos.*

“Não sei ainda se você seria uma boa namorada, mas acho que será uma ótima amiga. “

Quando o alvo emite IOI antes mesmo que o Pua se aproxime, a aproximação tem tudo para ser bem-sucedida e, bem provavelmente, o PUA passará aos próximos passos facilmente. Mas, se enquanto o PUA discretamente escaneava o ambiente não captou nenhum alvo emitindo IOI se aproximará de um ALVO que ele escolheu usando um OPNER.

Para o PUA se aproximar é irrelevante se a mulher tenha ou não demonstrado interesse. A propósito, esta é a essência do PUA: A capacidade de se aproximar de uma mulher que não tenha lhe dado indicadores de interesse e lhe mostrar que ela deveria tê-lo feito.

Abordagem direta: *Ganhar a atenção usando apenas o contato visual.* Olhe a com uma expressão corporal e facial de quem demonstra interesse pelo que viu, mas que, de forma desafiadora, deixa claro que duvida que ela tenha algo além da aparência e que valha a pena a conhecer.

Aproximação e abertura - Seleção do alvo: Localizar mulheres com o perfil que você deseja. Não se aproxime de

mulheres obviamente distantes do perfil definido.

DICAS DE OURO: Linguagem corporal, conversação e comportamento:

- Aproxime-se em ângulo. Aproxime-se lateralmente, um pouco por trás da mulher, de modo que você se comunique com o corpo em ângulo.
- ***Don't Fidget:*** Não fique brincando com os dedos, nem roendo unhas. Se acalme, relaxe, sossegue.
- Quando sentado, relaxe o corpo e ocupe o maior espaço possível.
- Se não entendeu o que uma mulher disse, não pergunte “o que?” Se ela não se expressou bem, não se fez entender ou não sabe falar, problema é dela. Se você não entendeu, deixa para lá. Caso ela mesma resolva repetir, tudo bem.
- O que quer que você diga, nunca diga a mesma coisa duas vezes. Se a mulher não te entendeu, repita, mas com outras palavras. Mesmo que ela pergunte um milhão de vezes, responda sempre com palavras diferentes.
- Seja entusiasmado e contagiante.
- Não responda a comentários depreciativos.
- Responda com perguntas.
- Enquanto conversa, mantenha o rosto relaxado, com um leve sorriso.
- Se estiver em pé com um copo na mão, mantenha o abaixo da cintura.
- Se não houver oportunidade para seguir com o SARGE, conseguir um meio de contato já é um bom resultado.
- Se uma mulher não retorna suas ligações ou mensagens, isso não é problema seu. Sua vida segue. Para trazer uma mulher de volta, siga em frente. “Ignorar é a melhor vingança”.

- Quando encontrar uma mulher a qual você já tenha abordado ou iniciado uma SARGE no passado, sem concluir, aja como se fosse um novo SARGE e uma nova mulher.

Obs: As mesmas regras, dicas e fundamentos válidos para o jogo ao vivo também se aplicam às conversas ao telefone, por e-mail ou por aplicativos de mensagens.

GROUP THEORY: É o estudo do comportamento, da dinâmica e das inter-relações num grupo. Pessoas em geral, e principalmente mulheres bonitas, estão sempre acompanhadas.

Abordar grupos é um grande desafio para muitos caras. Tanto que, é comum ver que muitos esperam até que o ALVO se isole do grupo para se aproximar. Mas, uma vez que mulheres bonitas estão, quase sempre, acompanhadas, isso limita demais as opções do PUA. Por isso, o melhor mesmo é estar preparado para abordar grupos com a mesma facilidade que você aborda um ALVO isolado.

Sequência para abordagem de grupos:

- 1) Encontre um grupo para se aproximar.
- 2) Determine, ainda a distância, antes que te percebam, quem no grupo é o seu alvo.
- 3) Determine quem no grupo é o seu obstáculo.
- 4) Observe a dinâmica do grupo e determine quem é o líder.
- 5) Aproxime-se primeiro do líder e dos obstáculos.
- 6) Torne-se aceito pelo grupo.
- 7) Lance o OPNER no seu alvo.

“De onde vocês se conhecem?”:

Use essa pergunta tão cedo quanto for conveniente para ter certeza de que não há relação amorosa de compromisso entre seu alvo e algum integrante do grupo.

Fool's Mate – Xequemate: Assim como as mulheres, um PUA pode ser classificado de 0 a 10, num escore que inclui sua beleza seu estilo e sua linguagem corporal. Alguns homens são

bem-sucedidos em atrair e conquistar mulheres sem ter conhecimento algum da arte do PUA, apenas por suas características próprias de aparência e personalidade. Quando isso acontece, quando o um homem comum, ou um PUA, percebe que o ALVO se “encantou” por ele à primeira vista, ele pode, principalmente se está buscando apenas uma noite de sexo, pular etapas e ir direto à **fase da sedução**. Partir diretamente para o toque e para o beijo. Ressalto aqui a importância de o PUA trabalhar o aspecto visual e a linguagem corporal. Se possível, malhar e investir em conhecimento sobre moda e estilo. Embora aparência não lhe garanta bons resultados, contribui.

RELEVÂNCIA EMOCIONAL: O que garante que uma mulher que você conheceu hoje irá se lembrar de você amanhã ou depois? A única forma de garantir lugar cativo na mente e no coração de uma mulher é ser **emocionalmente relevante**. Sua interação precisa ser **emocionalmente carregada**. Caso contrário, será só mais uma conversa formal e o ALVO sequer lembrará seu nome quando a telefonar no dia seguinte.

Como amplificar o nível de relevância emocional de um encontro? Emoções produzem descarga de serotonina o que gera a sensação de bem-estar. Tudo que provoca risos ou remete a lembrança de coisas boas desperta emoções. Uma mesma emoção pode ser desencadeada por um **estímulo externo** ou por um **estímulo interno**. Externo é um **estímulo visual** que lembre uma coisa ou situação à qual uma emoção boa está ligada. **Estímulo interno** é uma mensagem, texto, história ou palavra que traga à lembrança uma situação ligada à boas emoções. Lembre-se que **as mulheres estão a procura de emoções**. A arte do PUA é saber conduzir a mulher por uma roleta russa de emoções, sem ter que gastar R\$ 1000,00 numa noite. Esse é o tema do capítulo seguinte.

CAPÍTULO 3 – DEMONSTRE VALOR

Este é sem dúvida o capítulo mais importante desse livro. É nessa parte do jogo, na DEMONSTRAÇÃO DE VALOR, que aplicamos a maior parte dos fundamentos da arte do PUA. Uma vez que você tenha vencido sua timidez, ensaiado 2 ou 3 OPNERS e desenvolvido bem 2 ou 3 boas técnicas de DEMONSTRAÇÃO DE VALOR, estará apto a despertar ATRAÇÃO em mulheres que antes não lhe dariam a menor atenção.

O PUA habilidoso em DHV contraria o que acontece no mundo da sedução com os caras normais: Relacionamentos baseados em *relação de equivalência* ou baseados em *equilíbrio frágil*.

Relação de equivalência: As pesquisas revelam que a maioria dos relacionamentos que prosperam, os que progridem para um casamento, ocorrem entre pessoas muito semelhantes em termos de beleza, idade, cultura e condição social.

Em geral, as mulheres acabam se dando melhor, por que os homens, na sua maioria, são intimidados pela figura feminina, superestimam o valor das mulheres e por isso, acabam não buscando a mulher dos seus sonhos, mas aceitando a primeira pelo qual se apaixonam ou a melhor dentre algumas poucas que conhecem.

Ou seja, o homem mediano tende a se casar com uma mulher equivalente a ele ou menos que isso. Cabe observar que, por conta da dinâmica de poder e status social que internalizamos, essa relação de equivalência em termos de beleza, cultura e dinheiro é buscada instintivamente, como se fosse natural.

Apesar desse aspecto, tais relações são, na maioria das vezes, construtivas e duradouras.

Equilíbrio frágil: Outro tipo de relacionamento é o relacionamento entre pessoas muito diferentes em nível de beleza e condição social. Em geral a falta de beleza e juventude de um, somados a sua riqueza, se equilibram com a beleza e juventude do outro, somados a pobreza deste. É a tradicional união entre coroas ricos e jovens pobres. Tais relacionamentos, em geral, não são construtivos ou duradouros.

Por outro lado, como tentei teorizar, a situação ideal é aquela em que um homem interessante escolhe a mulher dos seus sonhos, uma mulher igualmente interessante, a qual se apega a ele unicamente por suas características ALPHA e por sua ***relevância emocional***, pelo que ele a faz sentir quando está com ela.

Um verdadeiro homem, desde milhões de anos atrás, já possui, em si mesmo tudo que uma mulher precisa. O MACHO ALPHA, incorporado na figura do PUA, com caráter e valor pessoal, supre todos os anseios instintivos da mente feminina. Com o treino em algumas ROTINAS de DEMONSTRAÇÃO DE VALOR você conseguirá ser visto por grupos como alguém interessante, desafiador e divertido, cuja presença é agradável e intensa; se diferenciando muito dos outros caras. E será visto pelo ALVO como O PRÊMIO a ser perseguido.

Basicamente, o propósito das rotinas de demonstração de valor é evocar na mulher, a partir de comportamentos e habilidades pessoas ensaiadas, as mesmas emoções que homens comuns tentam despertar nelas gastando dinheiro ou ostentando bens.

Primeiro é preciso lembrar que: Você só demonstrará interesse direto pela mulher, na forma de elogios, por exemplo, depois que ela lhe der ao menos 3 IOI. Esse é o objetivo dessa

fase, da DEMONSTRAÇÃO DE VALOR: Usando ROTINAS, obter do ALVO ao menos 3 indicadores de interesse (IOI).

Vamos introduzir o capítulo retomando a base do JOGO INDIRETO, que como vimos antes é *não demonstrar interesse na mulher*, ou *demonstrar desinteresse ativo*. Esses preceitos são a base das técnicas. Mas vamos muito além.

DISPLAY VS. PARADIMG – Exibir Vs. Subentender: A razão pela qual muitos caras, mesmo os ricos, se dão mal com as mulheres é porque fazem questão de **exibir** o que tem. Na tentativa de impressionar as mulheres com seu dinheiro ou status, não percebem que estão comunicando que: *A MULHER É O PRÊMIO e que ele têm baixo valor pessoal, pois não acredita que uma mulher gostará dele apenas pelo que ele é.*

Dinheiro beleza e status podem trazer grande vantagem se o PLAYER souber explorar a diferença entre: **Exibir Vs. Subentender. Exibir Vs. Esperar que vejam.** Espere que o ALVO pergunte. Nunca fale diretamente sobre quem é você, o que você tem ou onde você trabalha. São DLVs (Indicadores de baixo valor pessoal) muito comuns. E as mulheres percebem instantaneamente essas demonstrações de baixo valor.

Estrutura básica e fundamentos das rotinas de DEMONSTRAÇÃO DE VALOR: Uso de humor e de habilidades pessoais, sociais e de comunicação para indicar inteligência e valor pessoal.

Na mesma linha do que já dissemos, sobre pensar como pensaria uma mulher linda e interessante, vamos assumir um FRAME, como se ela estivesse agindo com você como os homens em geral agiriam diante de uma mulher linda e interessante.

Isso pode parecer uma absurda e irreal inversão de papéis.

Quando você começar a se comportar de forma congruente com essa crença, gerará humor ao mesmo tempo em que se comunica numa linguagem que as mulheres entendem.

FRAME – Por Swingcat: FRAME pode ser traduzido por quadro ou moldura, ou esquema.

Se tornando O PRÊMIO – Crenças do homem que é O PRÊMIO:

Quando um homem se acha O PRÊMIO: *TODA E QUALQUER COISA que uma mulher faça, QUALQUER MOVIMENTO, QUALQUER PALAVRA OU COMPORTAMENTO DELA será interpretado por ele como sendo um sinal de que:*

1 — Ela sabe que ELE é O PRÊMIO.

2 — Ela está tentando fazê-lo gostar dela, está tentando lhe ATRAIR. Está tentando ganhar sua aceitação. Está tentando lhe mostrar que ela tem valor.

3 — Está tão afim dele, que está fazendo de tudo para que ele durma com ela.

4 – *VOCÊ dormirá com ela, mas apenas se ela estiver a altura dos seus padrões e de suas expectativas.*

Sendo um Dandy: Tendo um certo charme feminino.

Sendo um Coquette: Roller Coaster e Pushing and Pulling: Montanha russa de emoções: O montante de emoções que uma mulher experimentou no primeiro encontro ou experimenta quando está contigo é o que te torna inesquecível para ela. Por isso, o foco é ser ***relevante emocionalmente***. Se não há emoção, não há memória, e, em poucos dias ou, em menos que isso, o efeito da atração terá se acabado. E talvez você encontre essa mesma mulher pela rua e ela já nem lembra mais seu nome.

Se especialize em provocar emoções. Vale a pena fazer uma lista de todas as emoções que você puder imaginar. Então, escolha algumas e pense em formas de provocar essas emoções num encontro ou numa simples conversa.

Vou te ajudar nisso começando a lista:

Culpa — Medo — Dor — alegria — tristeza — surpresa — excitação sexual — curiosidade — compaixão — alívio e tensão.

Da perspectiva do humor, todas essas emoções podem ser exploradas positivamente numa conversa para lhe angariar valor, a ponto de tornar você um cara inesquecível.

Cock & Funny – Metido, mas divertido: HB: “Que camisa bonita, ou, que sapato bonito, ou, seu cabelo é bonito, ou, você é forte, etc”.... PUA: Engraçado ... já ouvi isso umas oito vezes hoje!

Sendo um Rake: Aventura e perigo. O estilo “Bad Boy”. Instável e imprevisível.

HB: Que mulher bonita! É sua namorada? Pua: Não: É a mulher de quarta-feira.

PUA: Você conseguiria me divertir? Qual a coisa mais aventureira que você já fez?

Como já abordamos: **“A arte de não a escolher”:** O desinteresse de um homem pode atrair uma mulher. Mas, não demonstrar interesse não é assim tão simples. A mulher pode saber o que um homem está pensando só de observar sua linguagem corporal ou pelo seu tom da voz.

Trabalhe primeiro a atração. Mostre desinteresse até que a mulher lhe dê 3 indicadores de interesse. Enquanto o ALVO não emitir ao menos 3 indicadores de interesse, não demonstre interesse no ALVO. Permaneça trabalhando nos DHVs até gerar mais atração.

Seja sensível a isso. Dar atenção a uma mulher é o indicador de interesse mais comum. No entanto, direcionar lhe uma pergunta ou simplesmente um olhar são suficientes para denunciar interesse e o ALVO interpretar como “dando bola”.

Se o DESINTERESSE PASSIVO do PUA não resultar em IOI, a estratégia a ser usada é outra: DESINTERESSE ATIVO:

Body Language: 93% da comunicação é não verbal: Portanto, tão importante quanto falar é observar o que seu corpo comunica. Sua fala e sua postura devem congruentes.

Leaning Back: Incline-se para trás. Homens de alto valor não se esforçam pela atenção dos outros. Quando estiver

sentado numa roda de conversa, encoste-se na cadeira e não se incline para falar ou para ouvir o que outros dizem.

Body Rocking: É um conceito que sempre tenho em mente. Pois, está relacionado a um dos pontos fracos mais comuns em muitos homens: movimentos excessivos, curtos e rápidos.

Ao pé da letra o termo significa *Corpo Rígido*, de pedra ou empedrando.

Sobre o conceito, De'Angelo recomenda treino para diminuir a frequência e para lentificar os movimentos; eliminar todo e qualquer gesto desnecessário. Lembre-se dessa frase: “set the eye line strait”: *Mantenha a linha dos olhos estreita*. Ou seja, não se vire totalmente para os lados quando anda ou quando algo lhe chamar a atenção.

Movimentos lentos e sofisticados despertam reações ligadas a atração e atribuição de alto valor. Basta observar que, no reino animal, os animais mais imponentes, os caçadores, se movem menos e mais lentamente que as presas típicas ou animais de menor porte. Ou seja, enquanto animais pequenos estão sempre ariscos, se movendo com rapidez, os grandes predadores e os animais mais fortes se movem pouco, porque não se sentem ameaçados. Se sentem seguros e no controle.

Seja econômico nas palavras e nos movimentos: *Quanto menos você fala, mais poder tem*. Portanto, nunca fale duas vezes a mesma coisa, não gesticule o que você pode apenas sorrir, não fale o que você pode apenas gesticular, não faça um discurso para explicar o que pode ser entendido com apenas 3 palavras.

Aspectos da voz: Tonalidade, volume e velocidade: Fale puxando o ar do tórax, fale com pausas e seja claro. Atenção para a **postura**. COMO se fala é mais importante que o conteúdo.

Cold Reading – Leitura fria: É o que faz uma cigana quando “lê” o futuro em sua mãos. As mulheres adoram ouvir sobre si

mesmas. Aprenda algumas rotinas de **Cold Reading** e *faça parecer que você conhece a mulher melhor que ela mesma*.

Storytelling – *The art of storytelling*: A arte de contar histórias é uma excelente demonstração de valor.

Aprenda a contar histórias. Qualquer acontecimento trivial, se bem narrado pode ser uma ótima estória. O mais importante é que o conteúdo da deixe subentender coisas que aumentem seu valor. Por exemplo se você narra que passou apuros em numa descida de esqui no Alpes Suíços e que, além de quase se dar mal, teve que entrar na frente de uma árvore para proteger a garota que estava com você, comunicará indiretamente 4 coisas: Que você viaja, que leva uma vida divertida, que anda na companhia de mulheres e que é protetor. É muito importante introduzir a história no momento mais adequado da conversa, para não deixar suspeitas de que você pretendia se exhibir com isso.

Nunca busque aprovação. Consiga provocar a mulher a se **qualificar** para você. Se qualificar é a atitude de falar bem de si mesma, na tentativa de que você a aprove ou para ganhar sua admiração. Buscar se qualificar é um grande indicador de interesse.

Quando a mulher falar bem de si mesma, faça um comentário divertido/arrogante, dando a entender que você a aprova as qualidades que ela diz ter, mas, que ainda duvida que ela seja mesmo a mulher que você procura. É uma ótima forma de conduzir o jogo e de aumentar a atração.

Rotina: “Você tem a mente poluída”: Essa é uma excelente rotina. Consiste em se acusar o ALVO de atribuir conotação sexual, “pensar besteira” de tudo que você diz, notadamente quando você usa palavras de duplo sentido.

Se uma mulher o acusar de ser: “safado”, “pegador”, de que você está “chegando” em todas ou que está “atirando para todo lado”, nunca responda que ela está enganada. É melhor que ela

assim. Não diga que você não tem “pegado” nada, que está “tranquilo”. Lembre-se do “botão” *pré-selecionado*. Diga apenas que você tem “saído bastante para se divertir e conhecer pessoas e que está selecionando as mulheres mais interessantes”. Diga que: Pode parecer “pegação”, mas estou apenas “em busca de minha alma gêmea”.

Você pode também devolver a pergunta: “O que mais eu deveria fazer, além de sair, me divertir e conhecer pessoas?” Acha que estou errado, que eu já deveria ter me juntado com qualquer uma?” “É assim que você faz, pega o primeiro homem que vê na reta?”

HABILIDADES CONVERSACIONAIS:

- Preste atenção em sua *linguagem corporal*: Antes de emitir qualquer palavra, observe o que está comunicando o seu corpo. Fale com o corpo, com sua postura e com seu sorriso.
- Sorria. Seja divertido e esteja sempre com um leve sorriso no rosto. O humor e o sorriso, num nível profundo, comunicam que você é “bom de cama”. Por outro lado. Homens que não sorriem, comunicam que não estão sexualmente felizes, ou que não estão “pegando mulher”. Porque uma mulher linda e interessante iria te querer, se outras não estão te querendo?
- Preste atenção na conversa, no contexto, tanto para “pegar gancho” no assunto e entregar sua rotina no momento mais apropriado, quanto para não se distrair e perder valor tentando forçar assuntos fora do momento ou mudando bruscamente de assunto.
- Só fale na hora certa e quando tiver certeza de que será ouvido. Não force uma tentativa de atenção entre um

monte de gente falando ao mesmo tempo.

- Seja breve nas suas falas. Sempre que possível, use máximas para se expressar. Máximas são frases curtas, mas que dizem muito.
- Carregue suas falas de expressão corporal.
- Mantenha contato visual. Olhe bem direto nos olhos dela enquanto fala.
- Desenvolva a arte de contar histórias.
- Nunca responda perguntas diretamente. Sempre que possível, responda uma pergunta devolvendo outra ou questionando a mulher sobre o que ela pensa, faria ou como agiria se estivesse no seu lugar.
- Nunca tente convencer uma mulher argumentando com ela em termos lógicos ou com fatos.
- Lógica nunca deve ser usada no jogo. Porque o que uma mulher pensa que gosta ou diz que gosta não é exatamente o que ela acaba fazendo. A nível sexual e emocional, ela responde de modo automático a instintos primitivos que ela mesma desconhece.
- O PUA usa estimulação emocional, humor, intriga e desafio, em vez de lógica. Contanto que a mulher se sinta bem, ela encontrará razões próprias para justificar o que fará.
- Mantenha postura corporal aberta. Relaxe. Voz: Fale baixo e claro.
- Seja atencioso e delicado.
- Observe pausas entre o ouvir e o responder.
- NUNCA pergunte o nome da mulher antes de dizer o seu. Diga o seu primeiro, e espere que ela diga o dela. Se ela não disser nessa hora, pergunte mais tarde na conversa, quando for necessário. Se você perguntar o nome da HB primeiro, terá dado a ela um IOI. Mal negócio!

CAPÍTULO 4 – DISARMES OBSTÁCULOS

TEORIAS: Mulheres bonitas e interessantes estão sempre acompanhadas.

TÉCNICAS: PUA (com humor): “Se importam seu eu pegar nossa amiga emprestado só um minuto?” PUA: (em tom de brincadeira): “Pode vir comigo. Sou bem mais divertido que eles”.

CAPÍTULO 5 – ISOLE O ALVO

Para seguir às próximas fases do JOGO e partir para a SEDUÇÃO, você precisa chegar a um lugar adequado, pois precisarão de certa privacidade.

Neste ponto que muitos caras falham. Mesmo tendo conquistado valor aos olhos do ALVO e tendo já desarmado os obstáculos, tem dificuldades para propor a ela irem “*para um lugar mais calmo*”. Claro que está não é uma boa frase. Mas, há inúmeras formas de se chegar ao mesmo resultado.

Convide-a a te acompanhar até outro lugar para comer algo, pegar algo ou para lhe mostrar algo. Talvez a fase da sedução só possa ter lugar fora da boate, ou apenas na sua casa. Certifique-se que ela não tentará te agarrar quando estiverem só vocês dois. “Só estaremos nós dois lá em casa –Você se controle, por favor!”. Esse é o FRAME.

Uma vez que um encontro com um ALVO pode acontecer a qualquer momento e em qualquer lugar, é preciso que você esteja sempre atento a possibilidade de se ISOLAR com o ALVO para um lugar mais adequado. Por isso, desapegue-se de suas rotinas e de seus horários definidos, na medida do possível. Quando sair de casa, você precisa estar disponível para a noite ou para o dia. Tenha compromisso com o JOGO. Seu objetivo é iniciar e finalizar uma interação ou iniciar várias, ao menos.

Se estiver em meio a uma interação que está indo bem, não tenha medo, de propor um desfecho inusitado, ir dali para outro lugar, fazer um convite para outro dia. Faça isso mesmo em situações quaisquer do dia a dia, quando encontrar com

mulheres em qualquer lugar. Não se prenda a convenções, se livre da preocupação de ter que voltar para casa a certa hora ou de ter que voltar com um amigo ou com uma turma. Não perca oportunidades valiosas por causa daqueles que não tinham nada em mente.

DICAS: Mesmo após desarmar os obstáculos, caso o PUA não consiga naquele mesmo dia extrair o ALVO para um local de sedução, voltamos ao objetivo secundário, que é *colher um contato para dar sequência no SARGE num próximo encontro*.

Para o próximo encontro lembre-se do seguinte: Entes de convidar uma mulher para sair, tenha todo o programa planejado. Faça o convite com data e horário determinados. Você pode fazer surpresa quanto ao local e o roteiro do programa. Nesse caso, dê uma dica de como seria adequado ela se vestir. Não force para que ela aceite. A qualquer sinal de ela vai recusar seu convite, mude de ideia antes. Recue você primeiro. Talvez com isso, ela mude de ideia, no mesmo instante ou dias depois.

Bouch – “Pulo”: Equivale a dar uma parada, passar e estar por 1 hora ou menos em certo lugar. É um “esquentar”. É a opção por, numa mesma noite ou dia, dividir o tempo em 2 ou 3 lugares, em vez de ficar muito tempo em um mesmo lugar.

É uma estratégia para gerar conforto. Indo a vários lugares num mesmo encontro, o ALVO terá a sensação de que vocês estão juntos há mais tempo do que realmente estão. Usando um *BOUCH*, ou fazendo um *BOUCH*, o PUA amplifica a sensação do ALVO de ter se divertido, de que fez muitas coisas e foi a vários lugares, aumentando a relevância emocional do encontro.

CAPÍTULO 6 – CRIE UMA CONEXÃO EMOCIONAL

É óbvio que CRIAR UMA CONEXÃO EMOCIONAL não é jurar para a mulher que vocês nasceram um para o outro.

Embora nesse ponto do SARGE, tendo o ALVO dado IOI, o PUA já possa demonstrar interesse por ela, não custa lembrar uma regra de ouro: *Jamais passe a ideia de que pretende um relacionamento duradouro com a mulher antes de cumprir todas as etapas no caminho da intimidade*. Ou melhor, antes que esse seja REALMENTE o seu sentimento.

O PLAYER: O PLAYER é o típico jogador mediano, comumente visto em campo, nas boates e festas. Bastante ativo, ele chega a ter resultados razoáveis com sua atitude e persistência. Mas, seus resultados com mulheres HB-10 são bastante limitados por três erros comuns:

a) Declarar, insinuar, paixão amor ou atração por alguém que ele acabou de conhecer, justificando seu sentimento pela aparência da mulher.

b) Partir para a conexão física antes de gerar conforto. Tentar “amassos” só por que já sabe o nome do ALVO.

c) Não “frear” o ALVO “se as coisas estiverem indo rápido demais”. Desconsiderar o fato de que um relacionamento futuro pode ser inviabilizado pelo efeito *Buyer’s Remorse* se o sexo acontecer antes de vencida a **fase de conforto** (Regra das 7 horas).

LJBF: Lets Just Be Friends: “Vamos ser apenas amigos”. Célebre frase usada pelas mulheres para interromper as pretensões sexuais de um cara pela qual não sentem atração. Com um jogo consistente e conduzido corretamente o PUA jamais ouve essa frase. Se ouvir: “Tenho dois tipos de amigas: as que eu beijo e as que ganham lambidas”.

ROTINAS: “De 1 a 10, quão bem você beija?”

Roling play: Cenários mirabolantes descritos em histórias curtas. Tudo, qualquer acontecimento banal pode ser descrito em termos de imagens e carregado de emoções. Convide a mulher a imaginar situações e a descrever como se sente e observe-a enquanto isso. Elabore você cenários fantasiosos e cômicos em que vocês dois interagem numa trama romântico dramática.

Foque a conversa nas emoções: Faça-a experimentar sensações de euforia, êxtase, vergonha, nostalgia e prazer.

Rapport: Estado de sintonia entre duas pessoas. A sensação de que ambos tem muita afinidade, que compartilham gostos, desejos e planos. Aprenda a criar: Quando estiver ouvindo alguém dizer algo com o que você concorda, balance a cabeça afirmativamente.

DICAS:

- Use o nome da pessoa várias vezes durante a conversa.
- Use perguntas abertas e que engajem a mulher na conversa.
- Conte algo sobre si mesmo. Isso dá assunto para a conversa e estimulará a mulher a se abrir.

CAPÍTULO 7 – EXTRAIA A MULHER PARA UM LOCAL DE SEDUÇÃO

É somente nesse ponto do JOGO que o PUA começa a **SEDUZIR** a mulher propriamente falando.

Na demonstração de valor o que você fez foi torná-la suscetível de ser seduzida. Uma vez que você já conquistou valor aos olhos dela.

Não faça nada que possa acionar suas defesas, como tentar beijá-la ou acariciá-la em público, sem o nível de intimidade adequado, ou cantá-la na frente de estranhos. O melhor jeito de transpassar as defesas de uma mulher e fazê-la se sentir atraída por você.

Talvez seja necessária uma noite inteira, do começo ao fim para gerar atração, se conhecer, gerar conforto, gerar e aumentar a tensão sexual.

É preciso ser paciente e estar relaxado nos encontros, ir preenchendo o tempo com criatividade, boa conversa e diversão, sempre a engajando na conversa. Afinal de contas, você está ali para que seja divertido, inclusive para você.

Proponha sequências inusitadas para qualquer encontro. Com carisma e bom humor você consegue tirar uma mulher da rota a qualquer momento do dia ou da noite. Isso é seduzir: *Induzir alguém a fazer algo que não estava em seus planos no momento, simplesmente porque lhe foi apresentada uma possibilidade de modo tão entusiasmante que ela acredita que será mesmo muito bom.*

CAPÍTULO 8 – CALIBRANDO A TEMPERATURA “PUMP BUYING TEMPERATURE”

Antes de partir à fase da SEDUÇÃO, propriamente dita. Calibrar a temperatura é verificar se você foi bem-sucedido nas fases anteriores e se terá sucesso quando empreender o contato físico. Lembre-se que, com um jogo consistente, após demonstrar valor, isolar o alvo e criar uma conexão emocional o ALVO se encarregará de te seduzir. Mas, se isso não acontecer, nesta fase você verificará se há condições de partir para a sedução sem ser enfrentar resistência. Nesta fase você também estimula a ALVO a tomar a iniciativa do toque, das carícias e do beijo.

TÉCNICAS: Delivery com HUMOR. Semblante intrigado e interrogativo.

“Kiss Test”: Você me beijaria? Lembre-se sempre de tentar isso. Se ela disser que não, diga (com humor): “Ainda bem, já estava um pouco com medo de você me atacar de repente”. “Não costumo beijar minhas amigas, mas estou quase abrindo uma exceção para você.

Olhando para a bunda dela, se for uma bunda grande e bonita: “Haha, o velho truque do *shortinho com enchimento*”. Não se admire se ela levantar a saia ou pedir que você pegue para confirmar que é natural.

Olhando intrigado para os peitos, pergunte: “Para que gastar todo o seu dinheiro com silicone?”. Novamente, não se admire

se ela mostrar os seios ou deixá-lo a tocar. Pode acontecer que os belos peitos sejam mesmo de silicone. Não importa!

Num momento de troca de olhares e excitação: “Acho melhor eu ir embora, antes que você tente me beijar. Acho que ainda não estou preparado”.

CAPÍTULO 9 – ESTABELEÇA UMA CONECÇÃO FÍSICA

TEORIAS: **A regra das 7 horas:** Segundo Mystery, mesmo que você tenha conduzido bem o jogo, é preciso que tenha transcorrido um mínimo de 7 horas, ininterruptas ou não, desde o primeiro contato para que a mulher se sinta à vontade o bastante para fazer sexo com você. Essa ideia é bem interessante.

Esse tempo mínimo é necessário para se evitar o que Mystery chama de *Buyer's Remorse*, ou **remorso do comprador**: Após o ato sexual, a mulher é invadida por um pressentimento ruim de que fez alguma coisa impensada. Esse sentimento a coloca num estado de vergonha em relação ao PUA que inviabiliza a continuidade do relacionamento.

Portanto, quanto ao ALVO, o PUA deve definir, antes do ato sexual, se ela seria uma prospectiva parceira ou apenas “*one night stands*”.

Se decidir que gostaria de ver certa mulher novamente, o PUA experiente saberá dizer no momento certo: “acho que estamos indo rápido demais” e permanecer por mais tempo na fase de **conexão física**, sem, no entanto, “passar aos *finalmente*”. Nesse tempo, o ALVO se sente cada vez mais atraída, a tenção sexual aumenta e o ALVO constrói justificativas mentais para sua atração, de modo a justificar para si mesma suas atitudes, não ocorrendo posteriormente o *Buyer's Remorse*.

DICA: Escalação pelo toque — Use toques dinâmicos progressivamente, adequando a quantidade, tipo e parte do corpo ao nível de intimidade e de tensão sexual.

CAPÍTULO 10 – CONTORNE A REJEIÇÃO DOS ÚLTIMOS MINUTOS

TEORIAS: “Se você não apresentar resistência, a mulher resistirá”.

TÉCNICAS: Diga em tom bem-humorado: “Sabe, eu acho que ainda não estou preparado para isso!”. “Acho melhor agente parar por aqui!”. “Isso já foi longe demais!”.

DICAS: C&F deve ser mantido mesmo quando a relação já avança. No entanto, o PUA não pode permitir que a mulher retroaja passos no SARGE. Como, por exemplo, demonstrar falta de confiança nele após a fase do RAPPORT.

Se ela apresentar dúvidas ou inseguranças momentos antes da finalização, há algumas estratégias para contornar:

1) Segure a pela mão. Olhe a bem nos olhos e diga: “não se preocupe está tudo bem”.

2) Pare e beija-a novamente, enquanto se dirigem para o carro, ou a caminho de casa ou a caminho da cama. O beijo desarma os circuitos lógicos do cérebro, não permitindo que a mulher pense mais que o necessário.

3) Concorde com ela. Se ela disser que está insegura, diga o mesmo: “Eu também estou”. “Acho que estamos indo rápido demais”. “Vamos ver um filme”. “Por hoje, vamos só se beijar”. “Vamos fazer amor só no mês que vem”.

4) Vire o jogo: *Lembre-se de oferecer resistência antes que ela ofereça.*

FREEZE OUT – DAR UM GELO: Técnica muito conhecida. Essa é mortal: Se apesar das demais estratégias você ainda encontra resistência, recue e vá fazer outra coisa. Ignore-a por alguns minutos. Então, retorne e retome a ação.

CAPÍTULO 11 – GERENCIE AS EXPECTATIVAS

Muitos homens cometem o erro de deixar as mulheres em dúvida sobre o que eles querem da relação. Às vezes, insinuam ou até dizem pretender um relacionamento de longo prazo, pensando que isso aumentará as chances de que a mulher queira se envolver sexualmente com ele.

Pois saiba que é cada vez maior o número de mulheres que se envolvem em relacionamentos sem nenhuma expectativa de futuro, em busca apenas de prazer.

Minhas ex-namoradas são minhas amigas. Por várias vezes as reuni num mesmo lugar, sabendo cada uma que eu já havia namorado as outras. Isso por que sempre conduzi a relação com o FRAME “Não crie expectativas quanto a nosso relacionamento. Você está em fase de teste”, “Se for uma boa namorada, pode ser uma boa amiga”.

Lembre-se que no primeiro approach, onde eu desafio a mulher a se qualificar para mim, umas das linhas que uso para justificar que ela prove que é boa o bastante é que, *as pessoas só deveriam assumir um compromisso depois de se conhecerem bem*. Assim, eu conduzo minhas relações afetivas como que um *período de experiência*, como uma fase de observação, na qual vou atribuindo à mulher **uma nota** à medida que ela demonstra qualidades que eu valorizo, ou **tirando pontos** quando ela faz coisas que eu não gosto.

Conduzi vários relacionamentos assim por mais de anos e os terminei sem nenhuma mágoa ou remorso de ambos os lados. Hoje, como disse, convivo como amigo com várias de minhas ex-namoradas e elas comentam o quanto aprenderam comigo e como foi boa nossa relação. Por isso, não há porquê, nem tão pouco é ético, iludir alguém.

Como PUA experiente você entrará e sairá de dezenas de relacionamentos, de curto e de longo prazo. Portanto, é bom ter uma regra em mente: *“Não deixe uma mulher pior que ela estava quando te conheceu”*.

ESTRUTURA COMPLETA DO JOGO

Um PUA, com 2 ou 3 OPNERS e 2 ou 3 ROTINAS bem treinadas faz um APPROACH em um SET de pessoas em um bar ou festa usando um OPNER INDIRETO. Lança o OPNER no líder do grupo e não se mostra interessado no ALVO. De fato, ele faz parecer que está apenas de passagem. O PUA então demonstra alto valor, atravessa a BARREIRA SOCIAL do grupo e percebe pela interação que eles querem que ele fique.

O PUA continua com a DEMONSTRAÇÃO DE VALOR e a convencer personalidade usando histórias, humor, jogos, rotinas, leitura de mãos, poesia, etc. Isso, combinado com seu aparente desinteresse no alvo, faz aumentar seu valor social aos olhos do grupo e intensifica o estado emocional de todos. E o alvo começa a lhe dar IOI (indicadores de interesse).

O PUA usa os IOI para incentivar o ALVO a entrar na conversa e a disputar com os outros por sua atenção e simpatia. A medida que o ALVO investe mais na interação, o PUA a recompensa com indicadores de interesse. “Se importam em me emprestar sua amiga um instante? “ Então o PUA se afasta do grupo. Se move com o ALVO para um lugar mais tranquilo e começa a construir CONFORTO.

Numa ida rápida a outro ponto para comer alguma coisa e combinando de tomar um sorvete ou um lanche no dia seguinte, enquanto trocam histórias sobre gostos e afinidades o PUA constrói um senso de conexão e confiança. Isso transcorre num período de 7 horas acumuladas. Em algum momento desse

clima, eles se beijam e, eventualmente o PUA leva o ALVO para sua casa.

Finalmente, o PUA leva o ALVO para o quarto e começam os “amassos”. O PUA lida com as RESISTÊNCIAS DO ÚLTIMO MINUTO e faz sexo com ela.

Para finalizar, uma dica de ouro: *Acima de tudo, incremente seu círculo social.* Tenha por meta conhecer ao menos uma pessoa diferente por semana. De preferência, mulheres lindas e interessantes. Conhecer pessoas novas pode se tornar uma atividade semanal intrigante e divertida.

Esteja atento a possibilidade de conhecer novas mulheres em qualquer lugar e a qualquer momento do dia. Os contatos e interações que se iniciam em ambientes diurnos, desvinculados de intenções de paquera, como ocorre em bares e boates, tem maior chance de prosperar. Em ambientes diurnos, do cotidiano de trabalho, escola ou compras, as mulheres estão, em geral, com o ESCUDO PROTETOR em “baixa guarda”. As mulheres tendem a ver nos encontros que se iniciam em lugares inusitados um certo “toque do destino”. Saiba explorar esse instinto feminino estando pronto para abordar mulheres no seu dia a dia em QUALQUER lugar.

Ambientes noturnos como bares e boates, grades shows e festas, pela variedade de alvos disponíveis em um mesmo espaço, são ótimos lugares para treinar seu JOGO e, é claro, pode sair muita coisa boa disso. Nesses ambientes a aproximação é especialmente desafiadora, porque a pressuposição feminina de que centenas de homens estão ali à “caça” as mantêm na defensiva, com o ESCUDO PROTETOR em guarda. De modo que muitas ignorarão até mesmo o seu INTRUDER, já pressupondo que não há outra razão para que você queira a atenção dela além do interesse sexual. Em resumo, em tais ambientes você terá que ser mais habilidoso e

criativo para passar ileso pelo ESCUDO PROTETOR e prosseguir com seu jogo.

Apesar de que ambientes noturnos de bares e boates não são os lugares mais indicados para buscar por sua alma gêmea, não se prenda a nenhuma regra, pois tudo pode acontecer. Estou falando apenas de probabilidades.

No entanto, as pesquisas revelam que a maioria dos encontros que resultaram em relacionamentos duradouros aconteceram no círculo de amigos do casal, no local de trabalho ou na escola.

Fim

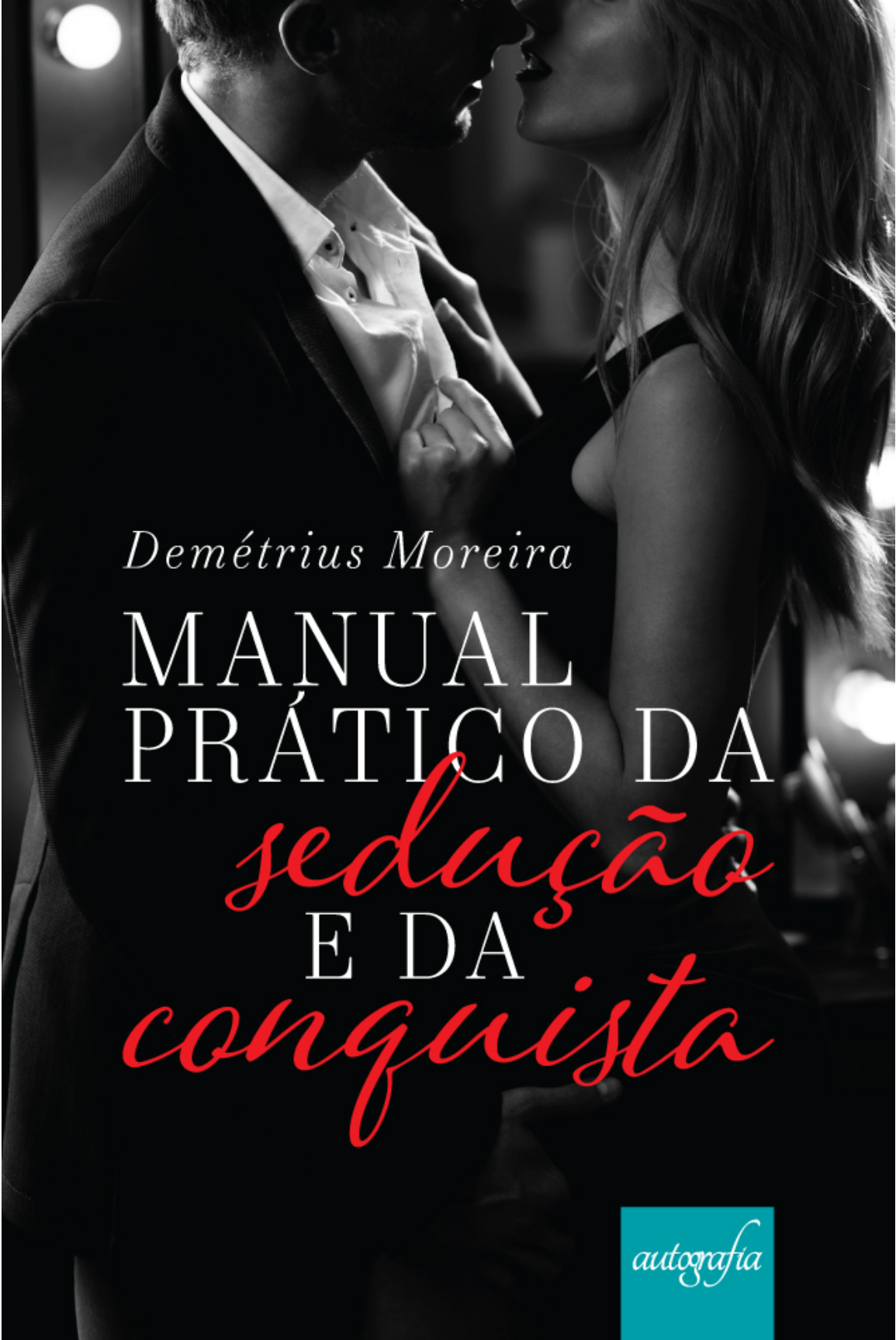
Manual prático da sedução e da conquista
MOREIRA, Demétrius

ISBN: 978-85-518-0117-8
1ª edição, março de 2017.

Editora Autografia Edição e Comunicação Ltda.
Rua Buenos Aires, 168 – 4º andar, Centro
RIO DE JANEIRO, RJ – CEP: 20070-022
www.autografia.com.br

Todos os direitos reservados.

É proibida a reprodução deste livro com fins comerciais sem prévia autorização do autor e da Editora Autografia.



Demétrius Moreira

MANUAL
PRÁTICO DA
sedução
E DA
conquista

autografia

